

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

NADA HUMANO ME ES AJENO

COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

**La Licenciatura en Promoción de la Salud como parte fundamental
en la prevención de consumo de sustancias psico-activas en adolescentes
y su intervención por el Centros Comunitarios de Salud Mental y Adicciones
(CECOSAMA)**

MEMORIA DE EXPERIENCIA PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADO EN PROMOCIÓN DE LA SALUD

P R E S E N T A

OMAR MANCERA CASTILLO

D I C T A M I N A D O R E S

MTRO. ENRIQUE CRUZ VILLAGRÁN

MTRO. RAÚL OSWALDO CORONA FUENTES

Ciudad de México, diciembre de 2025.

SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

DERECHOS RESERVADOS[©]

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

DEDICATORIA

Antes que nada, quiero agradecer a mis padres: gracias principalmente por darme la vida, por darme una infancia llena de alegrías, y por brindarme la educación, los valores, los principios y enseñarme que la persistencia es mi mejor arma para lograr mis sueños, gracias a esto me han hecho el hombre que soy el día de hoy. Gracias por darme a dos hermanos tan maravillosos que me apoyaron incondicionalmente.

Agradezco a mi mamá, la Sra. Susana Castillo González, que siempre ha estado en el momento más indicado para extenderme la mano, por haber convertido los malos momentos en cálidas palabras de consolación, por escucharme y porque siempre tiene algo que decirme, por prestarme su hombro para desahogarme siempre que lo necesité, por ser mi cómplice en muchas etapas de mi vida, y por consentirme con mi platillo favorito, que es el molo con pollo. Gracias por ser mi madre y consentirme hasta el día de hoy.

Agradezco a mi padre, el Sr. Everardo Mancera Colín, que siempre me protegió y me consintió durante mi niñez. Al llegar a mi juventud, agradezco que me corrigió y me enderezó para que fuera una persona de bien, pero principalmente agradezco de todo corazón que durante mi adolescencia me enseñara mil lecciones de vida. Sin embargo, la lección que más atesoro es que siempre me enseñó que la vida es dura, pero no por eso tengo que rendirme; al contrario, siempre me impulsó para que buscara la forma de salir adelante. Gracias por no darme las cosas en la mano y enseñarme el cómo obtenerlas.

AGRADECIMIENTOS

Con profunda estima y reconocimiento, extiendo mi más sincera gratitud a mi director de la memoria profesional, el Mtro. Enrique Cruz Villagrán. Su dedicación docente y su inestimable apoyo han sido el pilar fundamental en la dirección y enriquecimiento de este trabajo de memoria profesional.

Expreso mi agradecimiento al lector Mtro. Raúl Oswaldo Corona Fuentes, cuyas perspicaces observaciones y constructivos comentarios han sido cruciales para la consolidación de esta memoria profesional.

Mi gratitud se extiende a la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, plantel San Lorenzo Tezonco, de excelencia académica, la cual me dio la formación de Promotor de la Salud y a la que deseo retribuir con la incansable dedicación que me ha brindado.

Agradezco a mi novia la psiquiatra Ana Daniela Zepeda Lámbarry todo el apoyo incondicional que me ha brindado desde el primer día que la conocí y principalmente durante el tiempo que he demorado en terminar mi memoria profesional. Gracias por orientarme, aconsejarme, corregirme y hacerme notar mis errores. Gracias por soportarme en esos momentos que fui un poco insoportable a causa del estrés y, a pesar de esto, gracias por estar a mi lado.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
JUSTIFICACIÓN	4
DESCRIPCIÓN DEL DESEMPEÑO PROFESIONAL	8
<i>Marco Teórico-Conceptual</i>	8
1 Definición de salud	8
1.1 Determinantes sociales de la salud	10
1.2 Determinantes de la salud por Bethesda (Maryland) Tarlov	11
2. Definición de Promoción de la Salud	12
2.1 La salud vista desde la perspectiva de la Promoción de la Salud Alternativa	15
3. ¿Qué es una adicción	17
3.1 Drogas Ilícitas	18
3.2 Efectos a mediano y a largo plazo de las drogas Ilícitas	19
3.3 Drogas legales	20
3.3.1 Neuro-Receptores endógenos nicotínicos	20
3.3.2 Efectos en mediano y largo plazo de las drogas legales	22
4. La Adolescencia	23
4.1 Definición de adolescencia	23
4.2 Etapas de la adolescencia	24
4.3 Factores de Riesgo en la adolescencia	26
4.3.1 Oferta de productos nocivos para la Salud	27
4.3.2 Influencia del entorno social como factor de riesgo	29
4.3.3 La Familia multiproblemática y disfuncional	31

4.4	Factores de protección en la adolescencia	33
4.4.1	La Familia Funcional como factor de protección	33
4.4.2	La escuela como factor de protección	36
	DESCRIPCIÓN Y EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS	39
a)	Implementación de herramientas para el diagnóstico Comunitario (POSIT)	40
b)	Análisis e interpretación de la herramienta POSIT	43
c)	Diseño, planeación e implementación del Programa “La familia como factor de Protección”	50
i)	Taller con Padres “Crianza Positiva	50
ii)	Talleres con Adolescentes	62
	• Habilidades Sociales	63
	• Manejo de emociones (Gestión de la Ira)	68
	• Pláticas de Sensibilización relacionadas al consumo de sustancias	69
d)	Detección de casos que requieren atención focalizada	73
e)	Acompañamiento multidisciplinario al usuario	73
f)	Experiencia del Promotor de la Salud como Tallerista.	74
	ANÁLISIS CRÍTICO DE LAS FUNCIONES DESARROLLADAS	76
	CONCLUSIONES GENERALES.	78
	RECOMENDACIONES.	81
	REFERENCIAS.	83
	ANEXOS	93

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo es una Memoria Profesional en los Centro Comunitario de Salud Mental y Adicciones (UNEME-CECOSAMA), donde se pretende mostrar el impacto que tiene la intervención de un Promotor de la Salud en las escuelas de nivel básico (secundarias), con relación al consumo de sustancias Psico-Activas licitas, con base en la encuesta nacional de salud mental y adicciones refleja que la población más común en desarrollar algún tipo de adicción es la etapa de la adolescencia, por consiguiente es sumamente importante el poder generar información consistente que nos permita conocer las necesidades de atención de quienes presentan problemas de consumo de sustancias psicoactivas.

Esta memoria profesional consta de seis capítulos, en los dos primeros se explica los conceptos de salud al igual se explica que es la promoción de la salud, el primero es el concepto de la salud ya que el concepto de salud es muy amplio por mencionar alguno, para la Organización Mundial de la SALUD (OMS) dice que la salud es la ausencia de un malestar el cual solo lo ve como un objetivo a alcanzar, por otra parte la Organización Panamericana de la Salud menciona que no es un estado a alcanzar es el conjunto de distintos factores interdisciplinario para que el individuo pueda obtener y alcanzar las herramientas necesarias para obtener un estado de bienestar.

Al igual en este trabajo se abordará a la Promoción de la Salud desde la perspectiva emancipadora abordando de la Dra. María del Consuelo Chapela Mendoza, este abordaje es un claro ejemplo de la promoción de la salud enfocada completamente en la comunidad, adicionalmente se podrá apreciar cual es el funcionamiento de los Determinante Sociales de la Salud (DSS), de esta manera podremos apreciar cómo se establece el grado en que una persona tiene los recursos físicos, sociales y personales para identificar y lograr sus aspiraciones, satisfacer necesidades de salud, educación, alimentación, empleo y adaptarse al medio ambiente. En pocas

palabras podremos decir que los DSS nos sirvieran para poder entender cómo es que una población enferma o alcanzas el bienestar.

El tercer capítulo está enfocado en que es una adicción y consecuencias. La OMS defina el acto de una adicción como el consumo frecuente de alguna sustancia psicoactiva que afecte el funcionamiento normal del sistema nervioso central, cuando se habla de sustancias psicoactivas hablamos de una gran variedad de sustancias en este trabajo se abordarán las sustancias tanto licitas como ilícitas dándole prioridad a las sustancias que son más recurrentes en el consumo de adolescentes y sus efectos a largo y corto plazo haciendo énfasis del por qué es importante la abstinencia durante cualquier etapa de la vida principalmente durante la adolescencia.

El cuarto capítulo está enfocado a los adolescentes. Partiendo desde una definición de que es la adolescencia brindada por la OMS, posteriormente se aborda las etapas de la adolescencia esta etapa va desde los 10 años hasta los 19 años de edad, abordando desde la adolescencia prematura hasta la adolescencia tardía. Uno de los principales problemas durante esta etapa de la adolescencia son los factores de riesgo los cuales podrían orillar al adolescente a tomar decisiones que comprometan su salud. Se abordará el tema de factores de riesgo en la adolescencia desde la oferta de productos nocivos para la salud, influencia del entorno social y la familia como un factor de riesgo en la formación de la adolescencia. De igual manera se desarrollará el tema de los factores de protección partiendo desde la familia haciendo un comparativo de los dos papales que pueden desempeñar la familia en el desarrollo del adolescente y el factor de protección que sería la escuela tomando en cuenta que es el segundo lugar en donde pasa la mayor parte del tiempo el adolescente.

En el quinto capítulo nos enfocaremos a las actividades a desarrollar en la comunidad por parte del Promotor de la Salud, la principal actividad es seleccionar la población con la que se realice la intervención, en este caso se seleccionaron las

escuelas secundarias de la alcaldía Cuauhtémoc, posteriormente se implementa la herramienta de tamizaje *Problem Oriented Screening Instrument for Teenagers* (POSIT), el siguiente paso a realizar es el análisis e interpretación de los resultados conforme a los resultados obtenidos se elige el programa a seguir la familia como factor de protección para la intervención en comunidad. Una vez ya con la primera parte de la intervención se procedió a la implementación de talleres de crianza positiva, estos talleres se realizaron con la finalidad de reforzar el tema de la familia como factor de protección, los cuales se brindan a los padres de familia.

El siguiente paso a seguir es la intervención con los alumnos esta intervención consta de una serie de sesiones con temas enfocados en la salud mental y prevención de consumo de sustancias psicoactivas los cuales van desde las habilidades sociales, manejo de emociones (gestión de la ira), pláticas de sensibilización enfocadas en la prevención de las adicciones, estas pláticas se brindan con la finalidad de estimular la prevención en consumo de sustancias. Conforme a los resultados arrojados por la prueba POSIT se seleccionaron a los alumnos con indicadores altos de riesgo en salud mental y adicciones a partir de este punto se realizó una intervención focalizada con cada uno de los alumnos y sus tutores legales de esta manera se trabaja de la mano con las autoridades escolares, enfocándonos en la intervención multidisciplinaria como son Psicología, psiquiatría (en caso de ser necesario), generar vínculos si se requieren con el instituto Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF).

JUSTIFICACIÓN

El consumo de sustancias psicoactivas en México es un problema en la comunidad, principalmente en los adolescentes y sus familias, este problema crece día con día, tanto en el número de personas como en las complicaciones y muertes relacionadas por el consumo de sustancias principal mente en el tema de salud mental como en la salud física.

Uno de los problemas más grandes es que los adolescentes están expuestos a una gran variedad de sustancias psicoactivas que circulan en las calles y aulas, esta población es objetivo fácil de la venta de sustancias cada día el índice de consumo entre los adolescentes es cada vez mayor, muchos de esos estudiantes podrían ver afectadas sus vidas académicas y tener mayores consecuencias como deserción escolar, problemas en salud física o salud mental. Por lo que bien se sabe que la mayor parte de los problemas en salud mental en niños y adolescentes tienen relación con el consumo con sustancias psicoactivas, ya sea este como previo al desarrollo de un problema de abuso de consumo de sustancias o como parte de una situación donde persisten ambos trastornos

Conforme a lo mencionado en la Encuesta Nacional de Salud Mental y Adicción (ENASAMA), menciona que el 46% de los adolescentes de entre 15 a 24 años de edad consumen sustancias de abuso (compuesto natural o sintético que actúan en el sistema nervioso central), el 12 % de los cuales presentan algún tipo de dependencia siendo el alcohol el más popular entre el sector juvenil, que pasó de 35.6 % en 2022 al 43% en la actualidad, para los menores a 24 años, las adicciones representan un problema de salud vinculado a lesiones, accidentes, discapacidad, bajo rendimiento escolar, violencia familiar, conductas antisociales, eventos traumáticos y trastornos psiquiátricos (ansiedad, depresión, déficit de atención e hiperactividad (Sánchez, 2023).

Como se ha mencionado anteriormente, durante etapa de la adolescencia es el periodo de mayor riesgo ya que son susceptibles a probar las sustancias psicoactivas, principalmente por curiosidad o experimentación siendo esta una de las cuatro fases que conlleva a una adicción. Por consiguiente, es de suma importancia la intervención temprana en las aulas de educación básica, se buscará el poder priorizar la prevención, educación y promoción de la salud en los temas de sustancias psicoactivas y salud mental dentro del aula de clases.

Conforme a lo que menciona el instituto de Comisión Nacional contra las Adicciones (CONADIC), hace mención que el consumo de cualquier sustancia psicoactiva se encuentra entre las edades de 13 a 15 años siendo un de las etapas más vulnerables, siendo de esta manera la preocupación que lleguen a consumir drogas de impacto (son drogas que alteran gravemente el Sistema Nervioso Central), se estima que la edad de consumo de estas sustancias es de los 19 años (Robles & Díaz, 2023).

La mayor parte de las personas consumidores de alguna droga de diseño comenzaron por el consumo de alguna droga licita (cigarro y alcohol) el tiempo estima que tardaría en consumir entre una droga licita y una droga ilícita es de 4 años aproximadamente, durante estos 4 años el riesgo no es sólo de consumir mayores cantidades de sustancias si no que durante este tiempo los adolescentes se encuentran en un proceso conocido como poda neuronal consiste en la eliminación de conexiones neuronales ineficientes o innecesarias durante este tiempo el cerebro de los adolescentes podrían ser muy susceptibles sufriendo un desajustes en los neurotransmisores o receptores de dopamina u oxicodona pudiendo este desequilibrio llevar a distintos problemas de salud mental como la depresión, ansiedad o déficit de atención.

El abuso de alcohol por sí solo representa el 12% del consumo de sustancias, afectando principalmente a los jóvenes. El consumo de esta sustancia actualmente es de grandes cantidades por reuniones familiares o de dispersión, lo que ocasiona

conflictos ya sea con el núcleo familiar, accidentes de automotor, violencia, riñas y otros problemas (Machorro, 2008).

El abuso del alcohol es un problema considerable que merma la seguridad tanto del individuo en cuestión así mismo afectando al núcleo familiar. Por otro lado, cabe mencionar que el alcohol es una droga depresora esto afectando de manera significativa a los adolescentes que son más propensos a un desequilibrio en los receptores dopaminérgicos. Tomando en cuenta que el alcohol tiene un efecto depresivo si lo consumo indebidamente a este factor se tiene que sumar que en México, entre un 10 al 20% de la población de los adolescentes experimentan algún problema de salud mental y estos nunca son diagnosticados de esta manera se puede considerar un factor de riesgo ante una posible conducta que ponga en riesgo la integridad del menor.

Conforme a la encuesta implementada por el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE), el número de personas entre las edades de 10 a 19 años con depresión aumentó. Uno de los problemas más frecuente fue el no dormir bien fue un resultado alto, pasó de 12.3 por ciento de las personas encuestadas en ese rango de edad en 2021 a 15.6 en 2022. Este fenómeno afecta el desarrollo, perjudica el desempeño escolar y conlleva un alto nivel de estrés (Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado [ISSSTE], 2024).

Así como lo menciona la Encuesta Nacional de Salud Mental y Adicciones (ENSANUT) en los últimos años se ha incrementado de manera alarmante los casos de salud mental en los adolescentes, siendo alarmante que un gran número de los casos de salud mental terminan en intentos de suicidio siendo los preferidos el envenenamiento por medicamento seguido del ahorcamiento.

Con forme a los resultados de la Encuesta Nacional en Adicciones y Salud Mental 2022 y 2023, arrojó datos que muestran que la población escolar suele presentar consistencia que el 15% de los adolescentes han consumido al menos una variante

de sustancias psicoactivas, este comportamiento se muestra en un aumento alarmante. Conforme a los resultados se muestra que se tiene una estabilización en el consumo de sustancias con el alcohol con el 24.6%, marihuana con el 13.3% y Anfetamínico (ETA), con el 46.2 % siendo este último el más alarmante (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2023).

Conforme al resultado de la encuesta nacional de salud mental y adicciones el 15% de los adolescentes que han tenido un primer contacto con alguna sustancia psicoactiva, es alarmante ya que en gran parte de estos adolescentes el consumo que han tenido ha sido en alcohol o cigarro de nicotina siendo altamente adictivas principal mente la nicotina, esto es porque el cuerpo humano cuenta con receptores nicotínico endógenos siendo esta una de las razones por lo es de suma importancia el trabajar con los adolescentes en el tema de la abstinencia.

Gran parte de los consumidores son adolescentes los cuales son una población altamente vulnerable, sin una intervención apropiada en tema de prevención del consumo de sustancias psicoactivas podría verse afectado con consecuencias graves en la salud física, salud mental y adicionalmente en la parte social siendo algunos de estos efectos irreversibles, estas serían algunas de las razones por las que es de suma importancia la intervención en tiempo y forma por parte del promotor de la salud.

En conclusión se aprecia que el problema de Salud Pública en tema de adicciones y Salud Mental tiene un inicio desde la población más vulnerable que es en la pre-pubertad y adolescencia, conforme a lo que menciona la Encuesta Nacional de Salud Mental y Adicción, que un número considerable de adolescentes comienzan su consumo desde estas edades ya seas este por curiosidad, presión social, imitación o replica social es de suma importancia el poder detener el primer contacto con las sustancias psicoactivas, ya que si no se toma acciones podrían contraer complicación las cuales no solo serían la salud física si no también la salud mental.

DESCRIPCIÓN DEL DESEMPEÑO PROFESIONAL

Marco Teórico-Conceptual

1 Definición de Salud

Hoy en día la Salud es un recurso sumamente valioso, el problema radica en que la mayor parte de la población no tiene una idea concreta de lo que significa la salud, gran parte de la población al preguntarles que es salud o como esta su salud contestan que tienen una buena salud ya que no tiene ningún malestar físico que los aqueje y esto es normal ya que estamos acostumbrados que la salud solo la vemos como un estado de bienestar. Por consiguiente, veremos en este apartado las definiciones de salud, por un lado la definición desde la mirada hegemónica que sería la más común dentro y fuera del ámbito médico, por otra parte veremos la definición de salud desde la corriente alternativa que está a diferencia de la corriente hegemónica que no ve a la salud como un estado si no como una meta a alcanzar.

A continuación, se verá la definición más aceptada de la salud por la corriente hegemónica esta definición es la de la Organización Mundial de la Salud (OMS) la cual dice que salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024).

El enfoque que tiene la OMS podríamos decir que está enfocado a lo negativo de la salud, ya que lo ve como la ausencia de enfermedad, malestar físico y mental. Siendo así se expresa una preocupación general que considera a la salud como un simple conjunto de malestares fisiológicos y mentales.

Pero la salud va más allá de solo de la ausencia de enfermedad o de un malestar físico o mental. A continuación, veremos cómo define a la salud Marc Lalonde:

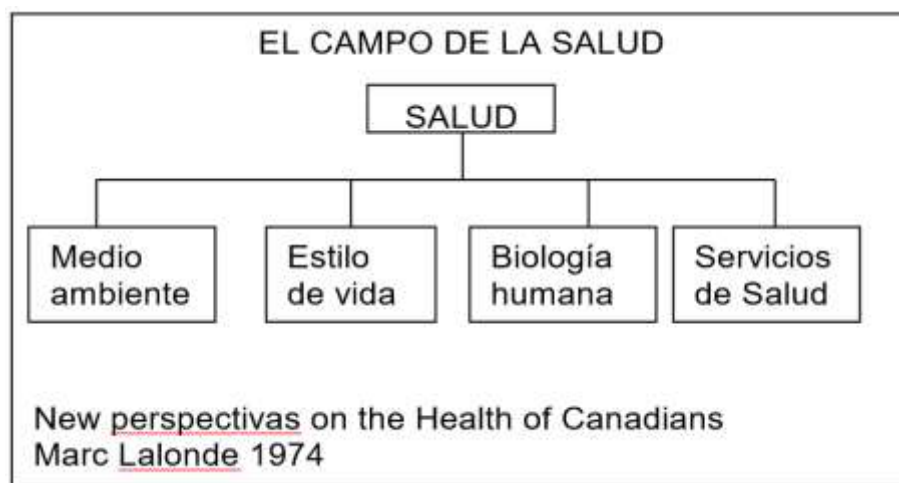
La Organización Panamericana de la Salud menciona que la salud es la combinación de varias interacciones factoriales las cuales puedes preservar o deteriorar a la salud. El modelo de la salud más acertado desde la perspectiva

de la Promoción de la Salud y sigue vigente el cual fue propuesto por Marc Lalonde, este modelo menciona 4 categorías enfocados a determinantes de la salud los cuales: a) estilo de vida, b) medio-ambiente, c) biología humana, d) organización de los servicios de salud (Ávila, 2009).

Al comparar la definición de la OMS y la definición de Marc Lalonde en la cual deja claro que la salud no solo se refiere lo físico; si no que depende de factores que rodean a una población, estos factores son los encargados de preservar el más alto nivel de salud tanto individual como colectiva el cual es un derecho humano fundamental y para obtener este nivel de salud se depende del modelo de Marc Lalonde ya que la salud está determinada por los factores determinantes de la salud, a continuación se podrá ver un cuadro donde se muestras estos factores determinantes de la salud.

Figura 1

Factores Determinantes de la Salud



Nota: Manual de Medicina Preventiva y Social I (Acevedo, s.f.).

En esta imagen se aprecia sistemáticamente cuales son los determinantes de la salud que intervienen para la obtención del grado más alto de la salud tanto individual como colectiva.

En conclusión, la salud es el recurso más valioso para todo ser humano por consiguiente el definirlo como la ausencia de un malestar sería una definición muy pobre por lo cual considero que la salud es el conjunto de aspectos como emocionales, biológico, físicos, culturales, sociales entre otros la combinación de todo esto sería lo idóneo para lograr los sueños y proyectos tanto colectivos como individuales. Pero para poder llegar al punto más alto de la salud es importante el comprender que es la Promoción de la Salud el cual lo explicaremos más adelante.

1.1 Determinantes Sociales de la Salud

¿Para qué sirven los Determinantes Sociales de la Salud? Es una pregunta que todo promotor de la salud tendría que hacerse ya que estos son uno de los pilares de la Promoción de la Salud. Los Determinantes Sociales de la Salud (DSS) nos sirven para establecer el grado en que una persona tiene los recursos sociales y personales para identificar y lograr sus aspiraciones, satisfacer necesidades de salud, educación, alimentación, empleo y adaptarse al medio ambiente.

El ministro de sanidad canadiense menciona un nuevo modelo de salud el cual ha tenido un gran impacto en los últimos años el cual establece que la salud de una comunidad está determinada por cuatro determinantes los cuales son: El Medio Ambiente, Los estilos y hábitos de vida, El sistema sanitario. La biología humana. Siendo estos la base de la promoción de la salud (De la Guardia & Ruvalcaba, 2020).

Marc Lalonde al establecer estos cuatro determinantes de la salud los cuales fueron de ayuda para poder determinar la salud en las comunidades, estos determinantes ayudaron a determinar la forma en la que el individuo nace crece y muere, años después Bethesda (Maryland), Tarlov mejora la teoría de Marc Lalonde, a continuación se explicará dicha aportación.

1.2. Determinantes de la salud por Bethesda (Maryland) Tarlov

En la fecha del 10 al 12 de mayo de 1999, en Bethesda (Maryland) Tarlov, se desarrolla un esquema de determinantes de salud. el cual clasifica los, determinantes de la salud en cinco niveles siendo desde el individual hasta el más general, en este modelo la atención sanitaria no se contempla como determinante si no como una estrategia encargada de reparar los cinco niveles los cuales son:

- 1- **“Determinantes biológicos, físicos y psíquicos:** este determinante se refiere estrictamente a la carga genética y factores hereditarios ya que con estos determinantes es muy poco probable o nulo su modificación.
- 2- **Determinantes de estilo de vida:** en este se tomó en cuenta los comportamientos y hábitos de vida que condicionan negativamente la salud. estas conductas son formadas por decisiones del propio usuario e influencia del entorno donde se desenvuelve el usuario
- 3- **Determinantes ambientales comunitarios:** familia, escuela, vecindario, empleo, instituciones locales: son factores que afectan el entorno en donde se desenvuelve afectando seriamente la salud del usuario, los cuales son relativos no solamente al medio ambiente sino también al entorno social en donde pasa más tiempo la persona.
- 4- **Determinantes del ambiente físico, climático y contaminación ambiental:** esos determinantes son delimitados estrictamente a los factores naturales principalmente siendo estos factores propulsores de enfermedades principalmente físicas.
- 5- **Determinantes de la estructura macro-social, política y percepciones poblacionales:** es el conjunto de recursos humanos, centros, medio económicos etc., estos son condicionados como por la accesibilidad, eficacia, efectividad, recursos y la buena praxis (De la Guarda & Ruvalcaba, 2020).

En conclusión los Determinantes Sociales de la Salud son fundamentales para poder identificar cuáles son los factores causantes de que una población enferme o incluso que pueda alcanzar el estado máximo de salud, considerando que cada población o individuos son distintos por lo tanto estos determinantes no aplican por igual a las comunidades por consiguientes es muy importante poder observar y determinar cuáles o son las causas que afectan a un individuo o población con forme a esto es posible realizar alguna intervención comunitaria para ayudar a la población para que obtenga una salud óptima.

2. Definición de la Promoción de la Salud

El concepto de promoción de la salud es un concepto muy antiguo este concepto se retoma en el año de 1986 en la Carta de Ottawa en respuesta a encontrar soluciones a los problemas que aqueja a la salud, esta disciplina de Promoción de la Salud está enfocada en lo teórico, metodológico e instrumental conforme a las prácticas y saberes. Una de sus finalidades de la promoción de la salud es el estudio del proceso de salud enfermedad en un sentido amplio al igual la Promoción de la Salud implementa procesos transdisciplinario para el entendimiento de la salud (Organización Panamericana de la Salud [OPS], s.f.).

Se puede afirmar que la Promoción de la Salud tiene una intervención en el ámbito social de los Determinantes de la Salud de la población recordando que tiene como cualidad el ser integradora principal mente transdisciplinario y de participación social, con la finalidad e ir más allá de las fronteras de lo cotidiano que está enfocado en la práctica biomédica. En la actualidad es muy común que la Promoción de la Salud sea confundida con otras disciplinas como es la prevención de enfermedades o educación para la salud, la actividad de un promotor de salud va más allá de repartir folletos o impartir talleres el promotor está enfocado en que la comunidad o población se empodere y adquiera las herramientas necesarias para un mejor control para mejorar su salud y se enfoca en el estudio y el cómo mejorar la salud

comunitaria a través de estrategias que permita que el individuo se empodere y alcance sus metas y sueños aparte de un bien estar físico y mental.

Para tener un panorama más amplio y general es necesario mencionar los cuatro modelos de la promoción de la salud, donde cada uno de ellos tienen un fin común, el cual es que las personas puedan acceder al nivel más alto de salud posible siendo este individual o colectivo a continuación se explican estos modelos.

El Modelo Médico Hegemónico está enfocado principalmente a la prevención médica la cual se subdivide en tres puntos; la primera prevención está enfocada a la aplicación de exámenes físicos, cartillas de vacunación, servicios prenatales la principal finalidad es evitar que la población enferme (Menéndez, 2020).

El segundo modelo conocido como preventivo el cual está enfocada en la prevención la función de este es evitar que la población tenga cualquier daño principalmente los daños irreversibles esto lo hacen posible con las detecciones tempranas y pruebas rápidas mejor conocidas como pruebas de antígeno las cuales son utilizadas para la pronta detección de enfermedades crónicas y degenerativas. La prevención terciaria se enfoca prioritariamente a la cura de las enfermedades y factores de riesgos enfocados a los causantes de la enfermedad así mismo dejando de lado el desarrollo de los factores de protección de esta manera responsabilizando a las personas por el cuidado de su salud (Menéndez, s.f.).

El segundo modelo es el estilo de vida este modelo surge gracias a las estadísticas que revelan que múltiples agentes causados por malas prácticas y los estilos de vida los cuales pueden favorecer o perjudicar la calidad de vida ya sea este de una persona o comunidad. Este modelo está enfocado principalmente a reducir los riesgos causantes de enfermedades (Calpa et al., 2019).

El modelo hegemónico responsabiliza del cuidado de la salud al usuario en este modelo está enfocado a realizar una prevención de la salud a través con prácticas y

con modificaciones de los hábitos del usuario con el fin de que modifiquen sus malos hábitos con la finalidad de mejorar y cuidar su salud tanto física como mental.

El tercer modelo llamado ambientes o entornos saludables surge de la Carta de Ottawa este modelo menciona que el proceso de la salud tiene que ser de una manera práctica, ya que este modelo menciona que se tiene que realizar alianzas entre las distintas disciplinas de la salud y principalmente hace mención que la comunidad tiene que llevar un proceso de empoderamiento (Cruz-Licea et al., s.f.)

En este modelo de ambientes o entornos saludables está más enfocado a una promoción de la salud el cual está dirigido al usuario, pero con una mayor fuerza a la comunidad. En este modelo se enfoca a que la comunidad realice vínculos con distintas especialidades en medicina, pero este vínculo no se realiza solo, se lleva a cabo con la intervención de un Promotor de la Salud o profesional de la Salud en el cual se busca que la comunidad se organice y pueda identificar cuáles son los problemas que los aquejan como comunidad. El papel del Promotor de la Salud o del profesional de la salud es el orientar y explicar y enseñar a la comunidad el cómo se tiene que realizar las gestiones necesarias para lograr alcanzar el nivel máximo de salud en la comunidad

Cuarto modelo es el socio-ambiental este incluye a distintos factores sociales, este modelo hace mención que la salud está determinada por distintos factores, estos factores son externos al sistema de salud pública o privada, este modelo se enfoca a los factores psicosociales tiene un peso más que el físico o conductual sobre la salud (Bonaf, 2019).

El modelo socio ambiental es el más acertado con la visión del Promotor de la Salud ya que este modelo se enfoca prioritariamente en el entorno que rodea a las comunidades este modelo se enfoca principalmente en los factores externos los cuales por ejemplo algunos son: jerarquías dominantes, la desorganización social, el cambio social rápido, la marginalidad y el aislamiento social. Este modelo hace

referencia a los factores sociales y ambientales los cuales influyen en el cómo se desarrollará la salud de una comunidad.

2.1 La salud vista desde la perspectiva de la Promoción de la Salud

Antes de internarnos en la emancipación de la Salud es importante hacer una breve explicación la diferencia del modelo hegemónico del emancipatorio, el modelo hegemónico ve a la salud como un estado que se tiene que alcanzar y su enfoque es meramente biomédico el cual responsabiliza al usuario de su salud. Por parte del modelo emancipatorio ve a la Salud no como un estado si no como la unión de múltiples factores que al juntarlos facilita que el individuo o comunidad alcance su propia definición de salud, a continuación, se explicara a profundidad el modelo de salud emancipatorio.

El Modelo Emancipatorio de la salud toma fuerza a partir de la conferencia de la Carta de Ottawa en la cual menciona que para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente con forme a lo antes mencionado nos podemos percatar que la salud no es una meta por alcanzar como lo menciona la OMS (Chapela, 2019)

Para poder entender un poco más al respecto del modelo de la emancipación de la promoción de la salud, hay que tener en cuenta que el humano tiene dos dimensiones la primera seria la física con la cual obtiene una anatomía por lo tanto le permite tener ciertas capacidades para buscar sus metas y por otra parte el humano tiene la parte social el cual está constituido por las redes de relaciones de poder estas son posibles por la capacidad que tiene el humano de crear significados, lenguaje, cultura, tecnología, organización, social e historia.

Para complementar lo antes ya mencionado es necesario el mencionar que la Dra. Chapela propone que el ser humano adapta su entorno con la intención de que este le sea más favorable. Para realizar esto el ser humano hace uso de un conjunto de capacidades que le permiten identificar y lograr sus aspiraciones esto a través de sus capacidades humanas las cuales menciona la Dra. Chapela que son el siguiente razonamiento (*sapiens*), de imaginar (*ludens*), de motivarse o apasionarse (*erótica*), de trabajar (*faber*) y de tomar decisiones (*política*). Siendo de esta manera que el hombre alcanza el estado de salud (Chapela, 2019).

En resumen, por consiguiente y tomando en cuenta la definición de salud de la Dra. Chapela la cual dice “la capacidad del sujeto individual o colectivo de mirar al pasado para gobernar el presente para la construcción de futuros viables.” Podemos decir que la salud no es un estado de que se alcance o no, más bien podemos definir a la salud como la capacidad de todo ser humano de adaptarse a su entorno para lograr y la capacidad de poder imaginar mejores condiciones de vida, el logro de un bienestar, la satisfacción de una necesidad o la solución de un problema. De esta manera se busca el empoderamiento tanto individual como colectivo haciendo referencia a las comunidades.

3. Qué es una adicción

Cuando se habla de drogas o adicciones debemos tener en mente que estamos hablando de una enfermedad y como toda enfermedad se tiene una cura ya sea a través de medicamento o terapia psicológica, siendo los tratamientos más comunes en los centros de recuperación. Una de los tratamientos más efectivos seria la parte de la prevención y promoción en temas de adicciones y salud mental.

Para entender un poco más al respecto en materia de las adicciones primero tenemos que comprender que es una adicción. Conforme a lo que menciona la secretaria de salud pública, se conoce como adicción al consumo frecuente de sustancias las cuales tengan un impacto directo en el sistema nervioso central nos referimos a un impacto a que afecte el funcionamiento adecuado del cerebro (Instituto Mexicano del Seguro Social [IMSS], s.f.).

Tenemos que recordar que una adicción tiene dos vertientes la primera es la adicción física (neuro adaptación) y la adicción psicológica. La adicción física consta en mantener un cierto nivel de droga en el organismo para obtener el sistema de recompensa, este proceso se conoce como tolerancia siendo la necesidad de consumir cantidades cada vez mayores de una sustancia en busca del efecto deseado o disminución del efecto ante una misma dosis. Por otro lado, la adicción psicológica consta en llevar al consumidor a un estado mental que le hace pensar en la necesidad de consumir alguna sustancia constantemente (Díaz et al., 2008).

Es importante el reconocer que una adicción tiene dos vertientes la primera es la adicción psicológica y la segunda es la adicción fisiológica, normalmente cuando escuchamos droga o sustancias psicoactivas con regularidad pensamos en las sustancias ilegales como por ejemplo la cocaína, marihuana o éxtasis. Por otro lado, las sustancias psicoactivas legales son aquellas sustancias que se pueden adquirir o vender libremente en tiendas de conveniencia como por ejemplo (cigarro y alcohol) o fármacos (medicamento controlado como los benzodiazepinas o

dextrometorfano el cual es un simple jarabe para la tos) como se puede ver es sumamente fácil el adquirir alguna sustancia que genere un efecto placentero.

Sustancias psicoactivas es toda aquella sustancia ya sea de origen natural o sintético que al ingresar al cuerpo por cualquier conducto ya sea comida, fumada, inyectada, tomada, inhalada y tenga la capacidad de alterar o modificar el Sistema Nervioso Central se le considera como sustancias psicoactiva (Castillero, 2018).

Podemos decir que en la actualidad se cuenta con una gran variedad de sustancias psicoactivas licitas las cuales van desde los fármacos, alcohol y cigarro, podemos decir que las drogas licitas son aquellas que tiene el permiso por parte de las autoridades para su venta para la población que cuente con la mayoría de edad.

3.1 Drogas Ilícitas

La definición de droga por la Organización Mundial de la Salud (OMS) se refiere a todas las sustancias psicoactivas como: cualquier sustancia que, al interior de un organismo viviente, puede modificar su percepción, estado de ánimo, cognición, conducta o funciones motoras. Incluye el alcohol, el tabaco y los solventes y excluye las sustancias medicinales sin efectos psicoactivos (OPS, s.f.)

Las sustancias ilícitas son un problema de salud pública ya que en la actualidad son las responsables de la mayoría de los accidentes ocasionados en los adolescentes esta es gracias a su principal característica de estas sustancias que es el alterar el comportamiento y funcionalidad el sistema nervioso central ocasionando que el usuario no tenga un adecuado control de su cuerpo y actos por consiguiente es de suma importancia el poder radicar su comercialización de dichas sustancias.

3.2 Efectos a mediano y a largo plazo de las drogas ilícitas

El sistema de salud pública se ha encargado de mencionar que el abuso de las sustancias ilícitas tiene como consecuencia problemas de salud siendo muchos de estos irreversibles. Cada una de estas sustancias tiene efectos diferentes en los organismos ya que cada una de ellas fueron diseñada para tener efectos específicos en el cuerpo, a continuación, se mostrará una tabla donde se mencionan los efectos en la salud de cada una de las sustancias más consumidas.

Tabla 1

Efectos a largo plazo de diversas drogas ilegales

DROGA	EFFECTOS A LARGO PLAZO
Marihuana	Súbita pérdida de peso. Arritmia cardíaca o latidos irregulares del corazón. Dificultad al respirar. Ansiedad severa. Ataques de pánico. Alucinaciones. Con el tiempo: Daño del corazón y pulmones, cáncer al pulmón, dificultad para recordar las cosas, disminuye la cantidad y movilidad de esperma en los hombres; trastorno del periodo menstrual y la ovulación en las mujeres.
Cocaína	Agitación, aumento de la temperatura, alucinaciones, convulsiones, posible muerte por paro cardíaco o fallas respiratorias, sentimientos de intranquilidad, irritabilidad, ansiedad y paranoia.
Inhalantes	Puede causar daño cerebral. Comportamiento violento. Pérdida del conocimiento. Daños permanentes al sistema nervioso o muerte.
Heroína	Produce problemas físicos y psicológicos (respiración superficial, náusea, pánico, insomnio).
Crack	Ronquera. Bronquitis y otros problemas respiratorios. Palpitaciones del corazón pueden aumentar en un 50% y algunas veces se tornan irregulares, provocando ataques cardíacos.
Los Estimulantes	Aumento del ritmo cardíaco y respiratorio. Aumento de la presión arterial. Irrita el sistema respiratorio. Daño cerebral, convulsiones y muerte.
PCPF Enciclidina	Produce ruptura con la realidad. Posible muerte.
Depresores	Acción deprimente del cerebro. Pérdida del control motor. Parálisis de los centros vitales. Coma y posible muerte.

Nota: Elaboración propia.

3.3 Drogas legales

Estas drogas legales no por ser legales quieren decir que hacen menos daño que las drogas ilícitas, por lo tanto, no se debe tomar a la ligera. El consumo de estas sustancias es dañino como cualquier otra droga. Tomaremos por ejemplo una de las drogas de mayor consumo entre los adolescentes y de muy bajo costo sería el cigarro convencional, la sustancia activa es la nicótica es un alcaloide presente en la planta del tabaco (*nicotina tabacum*) esta sustancia es altamente adictiva por distintos factores, sociales biológicos (Corvalán, 2017).

Conforme a lo que nos arroja la Encuesta Nacional de Salud Mental y Adicciones aplicada por la CONADIC menciona que el primer contacto con alguna droga se da durante la adolescencia siendo el cigarro y el alcohol sustancias con un alto nivel adictiva; por ejemplo, el cigarro es una de las sustancias con un poder adictivo muy alto pero esto se debe a que en el cerebro contamos con receptores nicotínicos que a continuación se explicará (Observatorio Mexicano de Salud Mental y Adicciones, 2024).

En la Encuesta Nacional de Adicciones y Salud Mental, se mencionó que el primer contacto con estas sustancias es durante la adolescencia justamente durante esta etapa de la vida es cuando se encuentran más vulnerable los adolescentes ya que el cerebro se encuentra en un proceso de readaptación y siendo más susceptibles a desajustes químicos del cerebro, al igual siendo más susceptibles a cualquier sustancia que tenga efectos en el sistema nervioso central.

3.3.1 Neuro-Receptores endógenos nicotínicos

Siempre nos han dicho que el cigarro es sumamente adictivo, pero nunca nos explican por qué tiene ese rasgo tan adictivo a continuación se explica la razón de que el cigarro es una de las sustancias más complicadas de dejar. Nos enfocaremos en la parte biológica del cerebro ya que ahí radica el porque es tan adictivo para el ser humano. Enfocándonos en la parte biológica, existe en el sistema nervioso una

familia de receptores llamados endógenos nicóticos, los cuales forman parte del sistema colinérgico, es decir forman parte de la función acetil colina, en la actualidad se sabe que tenemos receptores nicotínicos endógenos en las placas neuromusculares en el cerebro principalmente en el encéfalo siendo de tipo presináptico siendo de esta forma la regulación de diferentes neurotransmisores dentro de los cuales destacan: acetilcolina, dopamina, serotonina y norepinefrina (Salin-Pascual, 2015).

Los neurotransmisores antes mencionados, incrementan su disponibilidad al ingerirse nicotina al tener una cantidad mayor de neurotransmisores por la sobre estimulación dando como resultado un estado placentero de codependencia.

Este sistema de recompensa funciona cuando ingresa alguna sustancia al sistema nervioso central por ejemplo cuando una persona hace el acto de consumir la nicotina (fumar) y de esta manera se libera la dopamina y el refuerzo de placentero conocido sistema de recompensa al ser sobre estimulados estos receptores nicotínicos se produce el efecto de tolerancia como resultado el usuario comienza a consumir más nicotina para reactivar el sistema de recompensa causante del estado de placer tras el consumo de dicha sustancias así dando pie a una adicción (González, 2019).

En conclusión, el sistema de recompensa que se activa cuando realizamos ciertas actividades o actos es el causante de que inconsciente mente se quiera repetir el mismo acto sin importar las consecuencias en mucho de los casos del consumo de drogas pasa que se produce un estado placentero después del consumo este acto se lleva a cabo por la sobre estimulación de los centros de placer que libere las hormonas de dopamina y oxitócica siendo las causantes del estado placentero temporal.

3.3.2 Efectos a largo plazo de las drogas legales

En la siguiente tabla se mostrarán los efectos de las drogas legales que los adolescentes consumen con mayor frecuencia.

Tabla 2

Efectos a largo plazo de diversas drogas legales

Droga	Efectos A Largo Plazo
Cigarro	1. Cáncer de boca y garganta Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) 2. Accidentes cerebro vascular (trombosis, hemorragias o embolias). 3. Úlcera gastrointestinal. 4. Cáncer renal o de vías urinarias. 5. Impotencia sexual en el varón.
Alcohol	1. Sistema gastrointestinal: cáncer de estómago, de laringe, de esófago y de páncreas. 2. Sistema nervioso: pérdida de la mielina en las neuronas. 3. Central: afecta a los nervios periféricos y está relacionado con el desarrollo de varias enfermedades. 4. En la sangre: El consumo de alcohol impide la producción de glóbulos blancos y rojos, lo que provoca un tipo de anemia llamada megaloblástica

Nota: Elaboración propia

En resumen, en la actualidad el problema del consumo de sustancias psicoactivas va en aumento principalmente en los adolescentes, en esta edad el consumo más frecuente es el consumo de alcohol y cigarros lo cual lo hacen sin reparar en las afectaciones que conllevar en la salud.

En la actualidad el consumo de sustancias es un problema de salud pública, ya que muchas de las afectaciones por el consumo de estas sustancias general enfermedades crónicas siendo muchas de estas enfermedades o padecimientos como es el cáncer o alguna afectación en cualquier parte del cuerpo esto como

consecuencia de estas enfermedades se refleja en una saturación de los niveles de salud pública y gasto a los contribuyentes.

4. La Adolescencia

4.1 Definición de la adolescencia

Los psicólogos definen a la adolescencia como una etapa de desarrollo tanto físico como psicológico la cual tiene lugar entre la niñez y la adultez durante este proceso se da la madurez tanto físico, psicológico y social, dando como resultado a una personalidad adulta (Krauskopof, 1999).

La adolescencia no es una ciencia exacta, pero podemos identificar los periodos de edad cuando transcurre y sus etapas, es un periodo donde la persona culmina su desarrollo en los planos psicosexual, afectivo, intelectual y socioeconómico, es decir, se finaliza la configuración de los rasgos de personalidad de cada uno. En este periodo vital se está especialmente sensible en lo emocional y el grupo de iguales es capaz de ejercer una gran influencia (Rubio, 2021).

La adolescencia corresponde a una construcción social, histórica, cultural, relacional, que a través de las diferentes épocas, procesos históricos y sociales han ido adquiriendo denotaciones y delimitaciones diferentes. Al igual durante este periodo de vida se dan distintos procesos biológicos, sociales o emocionales pueden que no lleven el mismo ritmo de maduración, por lo tanto, es posible que ocurra retrasos o estancamientos durante este proceso de maduración, se ha detectado algunas etapas de la adolescencia las cuales son las siguientes.

La OMS define la adolescencia como un periodo de transición entre la infancia y la juventud que se ubica entre los 10 y 19 años de edad; considera dos fases: la adolescencia temprana, de 10 a 14 años, y la adolescencia tardía, de los 15 a los 19 años (Allen & Waterman, 2019).

4.2 Etapas de la adolescencia

Desde la época de nuestros padres hasta nuestra época, la etapa de la adolescencia ha sido un tema controversial principalmente por tantos cambios físicos y hormonales principalmente es un problema el poco manejo de las emociones que tiene los adolescentes y a esto se le tiene que sumar que son distintos los cambios físicos, hormonales y emocionales en cada etapa de la adolescencia, a continuación, veremos cada una de esta etapa de la adolescencia:

- 1- “Adolescencia inicial: Abarca aproximadamente desde los 10 a los 13 años, y se caracteriza fundamentalmente por los cambios puberales.
- 2- Adolescencia media: Comprende de los 14 a los 17 años y se caracteriza, sobre todo, por conflictos familiares, debido a la relevancia que adquiere el grupo; es en esta época, cuando pueden iniciarse con más probabilidad las conductas de riesgo.
- 3- Adolescencia tardía: Abarca desde los 18 hasta los 21 años y se caracteriza por la reaceptación de los valores paternos y por la asunción de tareas y responsabilidades propias de la madurez” (Güemes-Hidalgo et al., 2017).

Como bien se ha mencionado que la adolescencia no tiene un tiempo continuo y exacto, también hay que mencionar que la etapa de la adolescencia lleva un desarrollo social en el cual durante este periodo se irá desarrollando una madurez tanto emocional como de personalidad. Con forme a lo que menciona el psicoanalista Erick Erikson, que todo ser humano pasa por 8 hitos los cuales abarcan desde la confianza hasta la integridad del individuo.

De igual forma Erick Erikson menciona 8 hitos como etapas de la adolescencia en este caso daremos prioridad a los hitos 4 que es la laboriosidad vs. Inferioridad y 5 es identidad vs. Confusión de rol. El cuarto hito se localiza en el periodo de los 6 a 12 años durante este periodo el individuo se enfrente a desarrollar el sentido de capacidad y eficacia personal.

Cuando el individuo supera con éxito este hito desarrolla un sentimiento de competencia he inclinándose al aprendizaje y el trabajo en equipo, adicional mente

se desarrolla la capacidad de planificación, organizar y ejecutar distintas tareas de manera satisfactoria siendo este proceso fundamental para la formación de la autoestima y una confianza. Siendo por lo contrario si la cuarta etapa no es desarrolla adecuadamente el niño o adolescente podría desarrollar un sentimiento de inferioridad e incluso de incompetencia dando como resultado una dificultad para el aprendizaje, trabajo en equipo y autoestima (Bordignon, 2005).

Como se puede ver en estos hitos son suma importancia en el individuo para poder encajar y desenvolverse adecuadamente en la sociedad siendo las bases de cualquier individuo funcional.

El quinto hito Identidad vs. Confusión este se encuentra ubicado entre los 12 a 18 años, durante esta etapa el niño o adolescente es cuando aprenden los roles que ocupara como adulto, siendo su principal tarea es el desarrollo de un sentido de sí mismo durante este periodo muchos adolescentes prueban muchas personalidades diferentes para ver en cual encajan. En el caso de los adolescentes que tengan éxito desarrollan un fuerte sentido de identidad de esta manera se mantienen firmes a sus creencias y valores ante problemas y perspectivas ajenas. Si este proceso no se llevara de manera exitosa podrían desarrollar un sentido de débil de sí mismo, dando como resultado el estar inseguros y confundidos (Valdés, 2015).

Uno de los peligros de un adolescente cuando no logra desarrollar una identidad adecuadamente son variados pero los más comunes serian el sentirse confundido ya que se encuentra en una línea muy delgada entre ser un niño y adulto, otro de los peligros que podrían sufrir y en la actualidad siendo muy frecuente es que el adolescente sufra de sobre identificación con algún ídolo de esta manera poniendo en peligro su integridad al querer copiar acciones de riesgo que en ocasiones realizan supuestos ídolos.

4.3 Factores de riesgo en la adolescencia.

Durante la adolescencia se trascurre por un período crítico, el mismo que es sometido a constantes cambios en el desarrollo psicológico, físico y social del adolescente. Es de suma importancia que el ámbito familiar en que éste se desenvuelve, se considera como un período de riesgo en el cual pueden darse las bases para la aparición de síntomas y enfermedades, así como también alteraciones de la personalidad.

Durante mucho tiempo, el concepto de riesgo ha sido utilizado por el ámbito biomédico, algo que se relaciona también con la mortalidad. Esta concepción no resulta muy útil para la salud del adolescente, cuyos problemas se generan no solamente en el ámbito biomédico sino también en el social, y psicológico, siendo, precisamente en este último, donde son más vulnerables los adolescentes y a continuación se presentará algunos de los factores:

- I. “Desaprovecho de las necesidades psicológicas básicas. En cuanto a esto, destacan el auto reafirmación, la emancipación, una relación personal e íntima con la otra persona y el reconocimiento y el aprecio del grupo.
- II. Patrones de sobreprotección: esta variante es ansiosa, que crea en el adolescente un sentimiento de culpa, y autoritaria, que provoca rebeldía y desobediencia.
- III. Autoritarismo: Limita la necesidad de independencia del adolescente y mutila el libre desarrollo de su personalidad, para provocar como respuesta en la mayoría de los casos, rebeldía y enfrentamientos con la figura autoritaria y la pérdida de la comunicación con los padres.
- IV. Agresión: Tanto física como verbal, menoscaba la integridad del adolescente, su autoimagen y dificulta en gran medida la comunicación familiar.
- V. Permisividad Esta tendencia educativa propicia la adopción de conductas inadecuadas en los adolescentes por carencia de límites claros.

- VI. Autoridad dividida: Este tipo de educación no permite claridad en las normas y reglas de comportamiento, y provoca la desmoralización de las figuras familiares responsables de su educación.
- VII. Ambiente frustrante. Cuando el adolescente no encuentra adecuadas manifestaciones de afecto, cuando hay censura inmotivada y frecuente hacia su persona, cuando se reciben constantes amenazas, castigos e intromisiones en su vida privada y cuando se aprecia un desentendimiento y alejamiento de las problemáticas que presenta.
- VIII. Sexualidad mal orientada. Cuando por la presencia de prejuicios en relación con los temas sexuales, la comunicación en esta esfera queda restringida y el adolescente busca por otros medios, no siempre los idóneos, sus propias respuestas e informaciones o en muchos casos mantiene grandes lagunas que le acarrearán grandes problemas por el desconocimiento, la desinformación y la formación de juicios erróneos en relación con la sexualidad” (Herrera, 1999).

4.3.1 Oferta de productos nocivos para la Salud

Cuando se habla de productos que generan un daño en la salud, la lista podría ser indeterminada ya que el consumo problemático de cualquier sustancia ocasiona un daño en el organismo, por consiguiente, nos enfocaremos específicamente en las sustancias psicoactivas legales.

En la actualidad podemos encontrar una gran variedad de sustancias psicoactivas tanto legales como las ilícitas, en esta ocasión nos enfocaremos a las sustancias legales para ser más preciso en la prevalencia del cigarro (nicotina). Conforme a la legislación mexicana establece que la edad mínima para el consumo y venta de cigarro es de 18 años cumplidos esto en México, esta ley fue establecida en el año 1984. A pesar de los esfuerzos realizados por las autoridades la venta de cigarros a menores de edad sigue siendo una realidad, esto se puede confirmar con el estudio realizado en el año 1997 tan solo a 13 años de haberse implementado esta ley.

Se realizó un estudio en las 16 alcaldías de la CDMX en el cual jóvenes de entre 14 a 16 años de edad acudieron a un total de 561 tiendas de conveniencia y el resultado

arrojado fue que el 79% de las tiendas implicadas en este estudio realizaban el acto de vender cigarros a menores de edad sin ninguna restricción (Kuri et al., 2005).

A pesar que la venta de este producto nocivo está bajo la supervisión de la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS) y otras estancias de gobierno la venta de los cigarros sigue siendo una realidad a pesar de los esfuerzos de las autoridades e incluso tenemos que considerar que el mercado de cigarros ilícitos mejor conocidos como cigarros piratas de dudosa procedencia los cuales cuentan con un costo muy por debajo de sus homólogos.

Las ventas de cigarros piratas se han ganado popularidad por su bajo costo y fácil adquisición entre los consumidores. Estos cigarros pululan en tianguis, mercados o cruceros siendo en algunos de los puntos en donde se consumen, de forma directa o indirecta. La venta de cigarros sueltos ha sido una problemática en el tema de riesgo entre los adolescentes por su bajo costo el cual oscila entre los 3 a 5 pesos por unidad.

Como respuesta rápida por parte del gobierno emprende diversas acciones, con la finalidad de reducir el número de fumadores y el impacto en los adolescentes el primer esfuerzo fue en el año 1984 con la prohibición de la venta a menores de edad, pero esto no fue suficiente así que en el 2010 se les solicita a las empresas cigarreras colocar en sus cajas imágenes de las consecuencias del consumo el cigarro (Kuri-Morales et al., 2006).

Al detectar que la disminución del consumo de cigarro era mínima a finales del año 2022, se reformó la Ley General para el Control del Tabaco. Este decreto prohibía en su totalidad toda forma de publicidad, promoción y patrocinio de los productores elaborado con tabaco en cualquier medio de comunicación, así como exhibir las cajetillas en puntos de venta.

Estas acciones se realizan con la finalidad de reducir el índice de consumo de cigarros en los adolescentes, con forme a lo que menciona la (Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz et al., 2017). Encuesta de ENCODAT del 2017-2017, la prevalencia del consumo de tabaco en adolescentes pasó de 6.5 por ciento en 2011, a 4.9 por ciento en 2016. Solo en hombres adolescentes descendió de 10 por ciento en 2011 a 6.7 por ciento en 2016

Conforme a estos datos se podría decir que la aplicación de estas leyes de prohibición de cualquier tipo de publicidad de cigarros ha sido exitosa con una reducción de 1.6% en 5 años siendo estos los últimos datos arrojados por ENCODAT. A pesar de los esfuerzos y del resultado obtenidos por estas medidas aun no es suficiente ya que en muchos establecimientos se sigue vendiendo los cigarros a menores de edad, lo que se podría hacer es el incrementar las sanciones a estos vendedores y incrementar las acciones de prevención y promoción de la salud para la radicación de la venta de cigarro.

4.3.2 Influencia del entorno social como factor de riesgo

En la actualidad los entornos sociales juegan un papel fundamental en el desarrollo de conductual y toma de decisiones, especialmente durante la adolescencia, siendo una de las etapas de la vida más críticos ya que durante este periodo es la formación de personalidad del adolescente, durante este periodo se encuentran susceptibles a la experimentación ante cualquier situación nueva que se presente en su entorno social o redes sociales.

El primer entorno social con un impacto considerable es el entorno familiar en el que el adolescente crea sus primeros vínculos. El vínculo con la familia será el primer vínculo encargado de marcar parte de la personalidad del niño y posteriormente del adolescente, lo cual va a condicionar sus relaciones sociales. A continuación, se mostrará una tabla en la cual se explica los tipos de apego a la familia (Pérez & Salmerón, 2022).

Tabla 3

Influencia de los tipos de apego en el comportamiento del adolescente

<i>Tipo de apego</i>	<i>Características</i>
Seguro (65%)	Un modelo vincular seguro es un modelo interno de relación que brinda a la persona una experiencia de seguridad que le lleva a sentirse valioso, sentir que tiene un lugar propio en el mundo y anticipar experiencias positivas a la hora de vincularse con otras personas. Desde ahí, les permite ser flexibles, conectar emocionalmente con otras personas y comprender sus propias vivencias emocionales y desde ellas actuar de forma coherente e integrada. Los hace más fuertes afectivamente, se sienten a salvo y desde esa sensación se lanzan al mundo
Inseguro evitativo: (20%)	Los adolescentes con modelos vinculares inseguros, separados o autosuficientes suelen evitar el compromiso emocional. En su narración, les resulta muy difícil hablar de estos temas, no dan casi información y restan importancia a las experiencias difíciles que pudieran haberles marcado de niños. También es frecuente que presenten versiones muy idealizadas de sus figuras de apego que quiten importancia a su relación con ellas y que, además, el tono emocional de su relato sea muy frío
Inseguro ambivalente: (10-12%)	En el modelo vincular inseguro ambivalente/preocupado, los adolescentes se muestran inseguros y celosos en sus relaciones afectivas, y en su relato tienden a describir a sus padres o cuidadores con una falta considerable de equilibrio; de forma que pueden ser muy prolíjos y detallados con sucesos pequeños y aparentemente intrascendentes. Su historia sigue afectándoles emocionalmente al narrarla, mostrándose nerviosos, pero también a la vez esquivos en los datos importantes
Inseguro desorganizado: (3-5%)	Es una combinación del patrón evitativo y ambivalente. Se suele observar en los casos de malos tratos y abusos. El modelo vincular desorientado o fragmentado con experiencias de disociación; es decir, impedirá la construcción de un modelo afectivo interiorizado estable, y las personas tendrán dificultades a la hora de establecer afectividad e intimidad con otras personas

Nota: Retomado de Pérez y Salmerón (2022).

En la Tabla anterior se puede observar dependiendo de tipo de apego al vínculo familiar dará como resultado ciertos comportamientos y habilidades sociales los cuales serán determinantes en el desarrollo social del adolescente.

La influencia de un entorno social en un adolescente puede ser diversos escenarios en donde en cada uno de ellos pueda ser un factor de riesgo para el consumo de algún tipo de droga, para explicar el porqué de las conductas desviada y delictiva primero tenemos que voltear a ver a la familia, aclarado el no asumir la idea de que detrás de algún adolescente con problemas de adicciones quiera decir que hay una familia disfuncional, ya que éste no sólo vive en familia, sino que podría ser distintos factores desde la escuela hasta sus redes de apoyo o simplemente una réplica social.

Es indiscutible que la familia es el principal factor de protección o de riesgo en un adolescente es decir la familia es el pilar principal y fundamental para que se desarrollen adecuadamente las habilidades sociales, esto puede ser posible a

través de una educación brindada desde casa. En ocasiones una educación a través de la práctica de estilos inadecuados, déficit o exceso de disciplina, excesiva implicación o demasiado autoritarismo.

De acuerdo con Aguilar y Catalán (2005), la inadecuada comunicación en la familia, las familiares contradictorias o las relaciones afectivas conflictivas, los límites poco claros y expectativas poco realistas ponen en riesgo el desarrollo del adolescente. Uno de los problemas más comunes en las familias es divorcio o separación conyugal provoca en los hijos, mayores problemas académicos y de rendimiento escolar y un mayor consumo de sustancias químicas

Recapitulando en muchos de los casos donde los adolescentes después de vivir un suceso de este tipo llegan a presentar cuadros de tristeza, vergüenza, confusión, angustia y alejamiento de uno o ambos padres, con consecuencias negativas para su desarrollo. Otro de los entornos que influyen en los adolescentes es la escuela, esta hace el papel de socializador, desempeña un papel importante en la formación de los adolescentes enfocado en desarrollo e implementación de las habilidades sociales. Otro de los factores más comunes es el factor económico este impacta de manera significativa en el desarrollo del adolescente, un nivel socioeconómico bajo es una de las principales razones por las cuales los padres invierten casi todo su tiempo en trabajar de esta manera descuidando el núcleo familiar de esta manera convirtiendo a la familia como factor de riesgo o protección.

4.3.3 La Familia multiproblemática y disfuncional

Durante la infancia se da un periodo crucial para el desarrollo del ser humano, durante esta etapa es cuando empezamos a explorar y entender nuestro entorno, la infancia destaca por las numerosas etapas que el niño debe alcanzar con la finalidad de que se adapte al contexto físico y social, si durante este periodo no se adquieren las habilidades necesarias podría no tener relaciones interpersonales ineficientes.

Es claramente que el infante no alcanza estas habilidades sociales solo es claro que necesita de la intervención de una familia, pero es ahí donde se presente el primer factor de riesgo ya que estas familias suelen presentar algunos rasgos sociodemográficos en la mayoría de las familias tienen entre 3 a 4 miembros y alrededor de un 30 al 40% de estas familias son monoparentales (Luján-García et al., 2013)

En estas familias a menudo presentan una situación precaria económicamente se ven obligados a trabajar largas jornadas como consecuencia de descuidar a los hijos, también se ha encontrado como un rasgo muy común de estas familias un aislamiento social y la existencia de redes de apoyo definidas por relaciones sociales escasas e irregulares. Adicionalmente se le tiene que sumar otro factor que sería una serie de situaciones estresantes como son el maltrato en la infancia, con sumo de sustancias psicoactivas legales, trastornos mentales y conductas antisociales por consiguiente en muchos casos los progenitores replican lo que ellos vivieron.

En el estudio de Farrington se hizo mención de uno de los factores principales observados para un comportamiento antisocial son los trastornos de conducta, la impulsividad, el robo, el vandalismo, la resistencia a la autoridad, las agresiones físicas y/o psicológicas, el maltrato entre iguales o la crueldad hacia los animales (Montañés et al., 2008).

Estas conductas tienen un común entre ellas el cual es el romper las reglas y expectativas sociales estas acciones son dirigidas contra la población y sus iguales esto siendo la parte social pero no podemos dejar de lado la parte psicológica ya que estudios mencionan que los niños y adolescentes con el trastorno de salud mental de hiperactividad cuentan con dificultades tanto académicas como de comportamiento hostil ante sus iguales.

Al exponer a la violencia influye demasiado en el desarrollo de una conducta agresiva, cuando se expone a un infante a la violencia intrafamiliar y a la victimización ya sea este abuso físico o psicológico en el núcleo familiar podría dar apertura a un comportamiento agresivo y posibles conductas de consumo de sustancias psicoactivas esto dándonos un posible replica social en las futuras generaciones.

4.4 Factores de protección en la adolescencia

Todas las familias forman parte de un cimiento solido en la formación de sus integrantes en el tema de la salud mental y en la prevención de consumo de sustancias psicoactivas, por lo que es importante el desarrollo de sano como individuos, el manejo de las emociones, habilidades sociales, habilidades para la vida.

Enfocándonos principal mente en la comunicación, el respeto en las relaciones afectivas entre los miembros que conforman la familia, el establecer límites y reglas puntuales respecto al uso de sustancias psicoactivas así mismo el acompañamiento del adolescente durante las etapas de cambio. Esto es posible a través de la crianza positiva que abarca todo lo antes mencionado y a continuación se indagara más al respecto.

4.4.1 La Familia Funcional como factor de protección

Los factores de protección son entendidos como acciones, características, condiciones y atributos vinculados al realizar acciones de cuidado o protección, que potencian las capacidades de un individuo para afrontar con éxito determinadas situaciones adversas (Pichardo-Pimentel, 2022).

El desarrollo de estos factores de protección no son solo responsabilidad del individuo en cuestión, también se pueden adquirir por las personas que se

encuentren a su alrededor ya sean estos por convivencia de sus igual, profesores o familia.

Durante la adolescencia, la familia es el entorno que mayor influencia y relevancia tiene para el adolescente y en esta relación con el núcleo familiar se adquieren un gran número de factores de protección individuales como la autoestima, autocontrol y valores que posea la persona, son ejemplos de factores de protección individuales, los cuales ayudan a la toma de decisiones ante un posible riesgo, el cual pueda prevenir posibles conductas de consumo de sustancias psicoactivas (Bonilla & Marcilia, 2015).

Como lo mencionaron algunos autores, los factores de protección que más van a influir en el adolescente son aquellos adquiridos por el seno familiar los cuales suelen tener un impacto positivo en el momento de neutralizar los comportamientos de consumo de sustancias y violencia el apoyo que brinda la familia crea un domo de protección ante el menor o adolescente siendo de esta manera una protección ante cualquier comportamiento que ponga en riesgo al menor.

De acuerdo a Romagnoli et al. (2015), los factores de protección que se han detectado en las familias que funcionan como amortiguadores ante ciertos factores de riesgo son los siguientes:

1. “Fuertes vínculos al interior de la familia

- Cercanía, apoyo emocional, trato cálido y afectuoso con los/as hijos. Es importante considerar que la fuerza de los vínculos establecidos en etapas previas a la adolescencia resulta un factor protector a las conductas riesgosas que pueden aparecer en esta etapa. Esto está dado por:
- Buen nivel de preocupación y atención que tienen los padres con sus hijos/as. Los hijos/as perciben que los padres tienen tiempo para ellos.
- Expresión abierta de cariño en la familia. Conocimiento de los problemas, intereses y necesidades de los hijos/as.

2. Padres involucrados
Conocimiento de las actividades y amigos de los hijos. ¿Dónde están? ¿Qué hacen? ¿Con quién se relacionan, a dónde van y con quién? Fijarse en el programa de televisión que ven sus hijos/as, la frecuencia con que comen juntos, controlar la hora de llegada, conocer a sus amigos.
3. Disciplina familiar adecuada y normas claras de conducta dentro de la familia.
Los padres protegen a sus hijos cuando establecen límites claros, compuestos por pocas normas, bien definidas, bien comunicadas y adaptadas a la etapa de desarrollo de sus hijos.
4. Fortalecimiento y desarrollo de habilidades personales y sociales en los hijos
Los factores protectores individuales, más importantes son:
 - Auto concepto y autoestima positivos
 - Tolerancia a la frustración
 - Adecuada resolución de conflictos
 - Adecuada toma de decisiones
 - Resistencia a la presión de grupo
 - Desarrollo de habilidades sociales tales como comunicación y asertividad.
5. Actitud y comportamientos preventivos frente al consumo de drogas por parte de los padres.
Esto se expresa principalmente a través de:
 - Padres, madres y hermanos/as conscientes de su rol de modelos y ejemplo de vida sana.
 - Los padres con una actitud decisiva y clara de rechazo hacia el consumo de alcohol y drogas ilícitas.
 - No consumir drogas al interior de la familia.
6. Estilo de comunicación positivo.
Se promueve el diálogo abierto acerca de los sentimientos y opiniones, se respetan y toleran las diferencias individuales.
7. Estilo de resolución de conflictos colaborativo.
Frente al conflicto, se consideran los intereses y preocupaciones del otro, y también las propias. Los miembros de la familia son capaces de generar una atmósfera relajada, con sentido del humor y alegría (sin violencia, agresividad o descalificación).
8. Padres informados acerca de los riesgos y factores asociados al consumo de drogas.

Conocimiento acerca de oportunidades de acceso a las drogas, de la presión social y los modelos de consumo, las creencias y mitos relacionadas con el consumo.

9. Fortalecimiento de los vínculos con el colegio.

Padres que se involucren en los aprendizajes y que se preocupen por la asistencia y rendimiento de sus hijos/as. Capacidad de reconocer los logros y progresos de los/as hijos/as”.

Como conclusión, los factores de riesgo como los factores de protección son multifactoriales, pero en ambos podemos decir que la constante es el núcleo familiar ya que la familia es la principal influencia desde la infancia hasta la adolescencia de donde depende de esta la correcta adquisición de ciertas habilidades sociales las cuales son cruciales para una convivencia adecuada, de igual manera otro de los factores de protección es la crianza positiva de los padres a hijos uno de los puntos a tratar en este tema son: Fuertes vínculos al interior de la familia, Padres involucrados y Disciplina familiar adecuada y normas claras de conducta dentro de la familia. Este tema se abordará a profundidad, así como se vaya avanzando en este trabajo.

4.4.2 La escuela como factor de protección

En el transcurso de los años la escuela ha ocupado un lugar de suma importancia en la sociedad desde el formar académica hasta la formación de ciudadanos funcionales, siendo la escuela el principal lugar para que los alumnos de ciclo básico puedan desenvolverse y convivir con sus iguales y adquieren y desarrollen las habilidades necesarias para una sana convivencia a través de esta misma convivencia pueden ser influenciados por sus iguales y adquirir comportamientos adecuados.

De acuerdo a lo mencionada por Vázquez (2015), en la educación de nivel básica los alumnos pueden ser muy susceptibles a ser influenciados por los medios de comunicación y replicar algunos comportamientos no aceptables, estos pueden ser un mal manejo del temperamento, comportamiento agresivo con compañeros de la escuela o fuera de ella, misoginia o consumo de sustancias psicoactivas o incluso

en algunos casos los alumnos tiene conflictos entre ellos gracias a una mala comunicación gracias a una posible ineficiente desarrollo de ciertas habilidades para la vida las cuales al no ser adquiridas de manera adecuada conllevan a una convivencia poco funcional en la sociedad.

Por otro lado, los vínculos ya sean estos con la familia, amigos y la escuela son lugares de influencia de tipo externos, los cuales sirven como un espacio de intervención temprana para las conductas de riesgo. Como respuesta es necesario la creación de contextos donde la participación y la interacción con los niños y jóvenes tengan la oportunidad de involucrarse en las actividades de día a día y las mismas sean reconocidas. De esta manera se busca reforzar de una manera positiva los comportamientos adecuados, esto con la finalidad de tener una incorporación de conductas favorables.

Como respuesta de la SEP pide que se implemente el manual de nombre Programa Nacional de Convivencia Escolar (PNCE), la finalidad de este manual es que se pueda brindar las habilidades para la vida por ejemplo auto estima, asertividad, manejo de emociones por mencionar algunas, este programa tiene como finalidad que estas habilidades se vayan aprendiendo con convivir conviviendo, mediante actividades, vivenciales reflexivas y colaborativas que intervienen en la vida cotidiana en el aula, la escuela, la familia y la comunidad (Secretaría de Educación Pública [SEP], s.f.).

En conclusión, el ámbito escolar puede ser tanto un factor de protección o de riesgo esto depende principalmente del ambiente que logren generar las autoridades escolares en conjunto con los profesores, es importante que el clima escolar sea el adecuado principalmente en el nivel escolar de primaria ya que a esta edad los niños son especialmente susceptibles e influenciables a replicar o repetir actos inadecuados, para poder prevenir este tipo de conductas es importante el trabajo desde los hogares y en los centros escolares. Con forme a lo que se en el manual de PNCE, el cual dice que el trabajo del profesor dentro del aula es brindar un

ambiente adecuado a través de algunas habilidades sociales y dicho comportamiento tendría que ser reforzado en los hogares de los alumnos esto con la finalidad que en algún punto estas habilidades se conviertan en factores de protección ante cualquier circunstancia que presente en niño o adolescente.

DESCRIPCIÓN Y EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS.

El trabajo del promotor de la salud está enfocado en su mayoría en el trabajo en la comunidad ya sea este para hacer promoción, prevención o educación para la salud, estas actividades se realizan ya sea intramuros o extramuros, las actividades que se realizan en el CECOSAMA en su mayoría se realizan en las escuelas de nivel básico y medio superior, mercados o colonias aledañas. En particular en el CECOSAMA: Dr. José María Rodríguez, se enfoca a hacer intervención en las escuelas de nivel básico y nivel medio superior.

El CECOSAMA ser un Centro Comunitario de Atención de Salud Mental y Adicciones, se divide en dos grupos la primera es en actividades de intervención psiquiátrico y psicológico (biomédicas), la segunda es la intervención del Promotor de la Salud (intervención social), la parte biomédica está enfocada en la recuperación del paciente con problemas de adicciones o salud mental por parte del promotor de la salud sus actividades están enfocadas a la prevención y a realizar los vínculos sociales con la finalidad de poder prevenir que la población sana adquiera costumbres que dañen su salud física y psicológica.

A continuación, se muestra los servicios de Atención en Salud Mental y consumo de sustancias que brinda los CECOSAMAS.

- Detección temprana
- Diagnóstico integral
- Tratamiento
- Atención psicológica
- Atención médica
- Intervenciones psicosociales
- Intervención grupal
- Atención a personas en conflicto con la ley en apoyo al sistema de justicia
- Visitas domiciliarias

El promotor de la salud realiza las Intervenciones comunitaria partiendo desde las intervenciones psicosociales realizando acciones de prevención, educación y promoción de la salud, partiendo desde los requerimientos de cada comunidad, estas acciones se ven enfocadas con carácter de prioridad en la población más vulnerable está bien siendo los adolescencia y jóvenes, por estrategia las actividades de Promoción de la Salud son focalizadas en los centros de estudio de nivel básico y media superior de la SEP y en las colonias aledañas al Centro Comunitario de Atención de Salud Mental y Adicciones (CECOSAMA).

A continuación se mencionaran algunas acciones que son desempeñadas por el área de Promoción de la Salud:

- Promoción y prevención de la Salud Mental y Adicciones.
- Implementación de pláticas de sensibilización, talleres, formación de promotores y replicadores voluntarios.
- Actividades en la comunidad a través de los programas de Club de lectura, juntos por la paz y Coaliciones Comunitarias.
- Jornadas de salud en la comunidad.
- Vinculación con instituciones académicas para la promoción de la Salud en distintos temas

Como bien se sabe gran parte de las labores de un promotor de la salud están enfocadas al trabajo en campo. Gran parte de estas actividades son enfocadas a la prevención en las escuelas de nivel básico y media superior de la SEP y directo en la comunidad.

a) Implementación de herramientas para el diagnóstico comunitario (POSIT).

A continuación, se describen las actividades que desempeño en el CECOSAMA, nos enfocaremos en la intervención que se realiza en las escuelas aledañas a al CECOSAMA. Lo primero que se realizar es localizar una escuela que nos permita

el acceso para poder explicar a las autoridades el trabajo que se pretende realizar con los alumnos y el alcance del mismo regularmente se realiza este vínculo por el profesor de Unidades de Definición Institucional (UDI), los profesores de UDEI, tiene la función de desarrollar estrategias de enseñanza y planes de acción con los estudiantes que son recurrentes en situaciones problemáticas ya sean en el desempeño escolar, problemas de adicciones o problemas de conducta agresiva, etc.

Después de realizar el primer contacto se procede a presentar el plan de trabajo y la carta descriptiva y el reporte de actividades que se muestra en los anexos, se parte de la explicación de la misión y visión del CECOSAMA, se comienza el objetivo del programa el cual lleva como nombre Programa de Detección Temprana (PRODETECTE) y Programa de Prevención para Padres de Adolescentes en Riesgo (PROPAR) estos programas están enfocados a los padres y a los adolescentes receptiva mente.

La primera parte de la estrategia consta en la implementación de la prueba *Problem Oriented Screening Instrument for Teenagers* por sus siglas en inglés (POSIT), el cual se hace por medio de un tamizaje, dicha prueba nos ayuda a detectar un posible consumo y abuso de sustancias y la detección de situaciones de riesgo en Salud Mental. Se les hace la aclaración de que la prueba POSIT no es un diagnóstico si no solo es una herramienta para poder aproximarnos lo más posible a alguna situación de riesgo en los adolescentes.

La recomendación que se realiza es el aplicar la prueba POSIT a toda la escuela, con la finalidad de detectar cuales son los posibles riesgos en los que se encuentran el mayor número de alumnos. Se aclara que la prueba nos ayudará a detectar si alguno de los estudiantes está en riesgo en algunos de los percentiles que a continuación se mencionan:

- Uso-Abuso de sustancias

- Salud mental
- Relaciones familiares
- Relaciones con amigos
- Nivel educativo
- Interés laboral
- Conducta agresiva-delictiva

Después de aplicar la prueba POSIT se realiza el análisis correspondiente de los resultados arrojados, conforme a estos resultados se propone un plan de trabajo siendo pláticas de sensibilización, talleres (tres sesiones), jornadas de salud o capacitaciones.

La prueba POSIT cumple con la función de brindar un estatus general de cuál es la situación de la población que es sometida a dicha prueba, con forme a lo que yo he visto y he trabajado con esta prueba, puedo mencionar que me es de utilidad ya que me permite tener un panorama general de los 7 aspectos que evalúa esta prueba, gracias a esta prueba me permite diseñar algún plan de trabajo el cual sea puntual.

Posterior a los resultados de la prueba POSIT se procede a seleccionar cuál de los dos Programa de intervención se implementará, los cuales son; Detección Temprana (PRODETECTE) y el Programa de Prevención para Padres de Adolescentes en Riesgo (PROPAR). Estos programas están dirigidos a los padres con un taller con enfoque en los temas asertividad, manejo de las emociones y la crianza positiva, el otro programa está enfocado a los adolescentes los temas que se trabajan son manejo de las emociones, asertividad, mitos y realidades de las drogas (licitas e ilícitas), talleres enfocados a una droga en específico, en estos talleres se les explica cuáles son los daños a nivel orgánico y psicológico que acarrearán el consumo de sustancias tanto legales como ilícitas.

b) Análisis e interpretación de la herramienta POSIT

La prueba POSIT tiene el objetivo de ser un primer filtro para detectar a los adolescentes que presenten problemas relacionados con el uso de alcohol y problemas de salud mental. Este instrumento consta de 81 reactivos estructurados y evaluados en 7 áreas de funcionamiento de la vida de los adolescentes que pueden verse afectadas por el uso de drogas y problemas de salud mental.

La forma de aplicación de este instrumento puede ser individual o grupal, para la calificación de las respuestas es la siguiente; las respuestas contestadas positivamente (sí) se les asigna un punto, excepto por las preguntas que son afirmaciones negativas que son las preguntas 12, 13, 18, 20, 22, 26, 32, 39, 52, 69, 70 y 71 las cuales se puntúan cuando son contestadas negativamente. Al igual se cuenta con reactivos llamados banderas rojas (*red flags*) la respuesta positiva indica riesgo por sí misma.

A continuación se explica el orden de las preguntas con forme a cada uno de los 7 ítems de la prueba POSIT:

Uso y abuso de sustancias: (*red flags*) 2, 17, 21, 25, 33, 38, 41, 46, 47, 48, 54, 56, 57, 58, 62, 68.

Salud Mental: 5, 6, 8, 10, 15, 23, 28, 40, 43, 55, 60, 63, 70, 71 Y 3.

Relaciones Familiares: 4, 14, 20, 22, 32, 39, 45, 52, 70, 71 y 3.

Relaciones con Amigos: (*red flags*) 3, 13, 19, 29, 67, 73 y 77

Nivel Educativo: 7, 8, 12, 15, 18, 26, 34, 40, 42, 61, 66, 69, 72, 74, 79, 80 y 5.

Interés Laboral: 16, 27, 36, 44, 51, 78 y 3

Conducta agresiva/Delincuencia: 1, 9, 11, 24, 30, 31, 35, 37, 49, 50, 53, 59, 64 y 81.

Al finalizar la evaluación de la prueba POSIT, la interpretación será R = Riesgo y NR= No Riesgo. La escala analiza la vulnerabilidad por área de desarrollo, la puntuación máxima es de 81 puntos (Guerrero & León, 2008).

El conocer cómo es que se conforman y califican esta prueba nos es de mucha ayuda ya que es muy frecuente que algunos alumnos principalmente de secundaria contesten a propósito mal ya sea por juego o por querer provocar un impacto de popularidad en sus compañeros dando como resuelto un estatus alarmante y conforme al protocolo de actuación indica que requiere de ayuda urgente mente, pero al percatarnos de esta situación nos permite repetir la prueba solo que ahora individual mente y haciendo las preguntas estratégicas que son Uso y abuso de sustancias: (*red flags*) 2, 17, 21, 25, 33, 38, 41, 46, 47, 48, 54, 56 y las preguntas Relaciones con Amigos: (*red flags*) 3, 13, 19, 29, 67, 73 y 77., con esto nos podemos dar una idea general de la situación del menor y saber cómo se tiene que actuar.

En la siguiente tabla se muestra los criterios de evaluación siendo estos los causantes de detectar si alguno de los alumnos se encuentra en riesgo de consumo de Sustancias o Salud Mental.

Tabla 1.

Parámetros de los ítems del POSIT.

Nombre:			
Edad:			Parámetros Puntos
Sexo:			
Uso-abuso de sustancias	0	No Riesgo	> = 1
Salud Mental	0	No Riesgo	> = 5
Relaciones Familiares	0	No Riesgo	> = 3
Relaciones con Amigos	0	No Riesgo	> = 1
Nivel Educativo	0	No Riesgo	> = 5
Interés Laboral	0	No Riesgo	> = 3
Conducta Agresiva/Delictiva	0	No Riesgo	> = 5
Total	0	No Riesgo	> = 34

Nota: Elaboración propia.

En esta tabla se puede apreciar cuales son los parámetros en los que se basa la prueba POSIT para determinar si algún usuario se encuentra en posible riesgo, si el puntaje del paciente da igual o mayor que el límite que aparece en la columna de la derecha indica que podría tener algún tipo de riesgo dependiendo del ÍTEMS que se esté trabajando.

Posteriormente de explicar cuál es la dinámica y como se califica esta prueba, se procede a aplicar la prueba POSIT en la Escuela Secundaria Número 26 "Ana María Berlanga", la Escuela Secundaria está conformada de 5 grupos por cada grado dando un total de 15 salones, el cual nos da un total de 382 alumnos divididos entre 154 mujeres y 227 hombres.

En el primer grado se aplicó la prueba POSIT a un total de 150 alumnos los cuales se dividen entre 69 mujeres y 83 hombres. El resultado que nos arroja la prueba nos indica que los ÍTEMS con un posible riesgo son; Salud Mental, Relaciones Familiares, Relaciones Amigos y Nivel Educativo, a continuación, se muestra la tabla de los resultados.

Tabla 2.

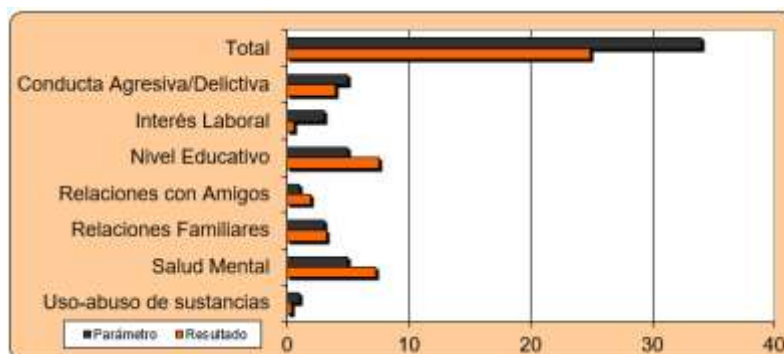
Cuestionario de Tamizaje. Resultados de Primer Grado.

Nombre Escuela :	ANA MARIA BERLANGA		
Primaria/Secundaria:	ESCUELA SECUNDARIA NUMERO 2		
	Puntos		Parámetros
			Puntos
Uso-abuso de sustancias	0	No Riesgo	> = 2
Salud Mental	7	Riesgo	> = 5
Relaciones Familiares	3	Riesgo	> = 3
Relaciones con Amigos	2	Riesgo	> = 1
Nivel Educativo	8	Riesgo	> = 5
Interés Laboral	1	No Riesgo	> = 3
Conducta Agresiva/Delictiva	4	No Riesgo	> = 5
Total	25		> = 34

Nota: Elaboración Propia.

Figura 1

Gráficas de los resultados del Tamizaje de Primer Grado



Nota: Elaboración propia.

Tabla 3

Cuestionario de Tamizaje. Resultados de Segundo Grado

Nombre Escuela: ANA MARIA BERLANGA			
Primaria/Secundaria: ESCUELA SECUNDARIA NUMERO 2			
	Puntos		Parámetros
			Puntos
Uso-abuso de sustancias	1	Riesgo	> = 1
Salud Mental	8	Riesgo	> = 5
Relaciones Familiares	4	Riesgo	> = 3
Relaciones con Amigos	3	Riesgo	> = 1
Nivel Educativo	8	Riesgo	> = 5
Interés Laboral	1	No Riesgo	> = 3
Conducta Agresiva/Delictiva	5	Riesgo	> = 5
Total	31		> = 34

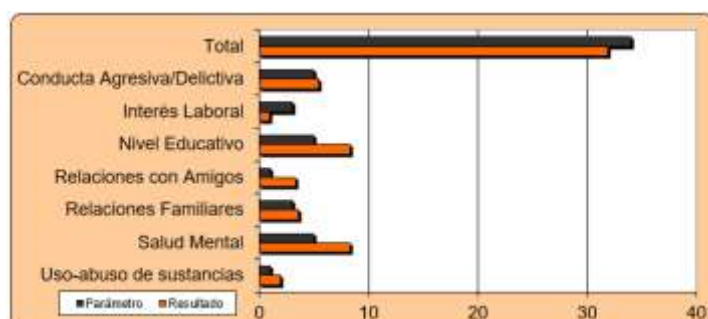
Nota:

Elaboración propia.

En el caso de los alumnos del segundo grado a los cuales se les aplicó la prueba a 125 alumnos del segundo grado el cual se divide en 45 mujeres y 82 hombres, los resultados nos indican que en las áreas de riesgo son; Uso de sustancias, Salud Mental, Relaciones Familiares, Relaciones Amigos, Nivel Educativo y Conducta Agresiva.

Figura 2

Gráficas de los resultados del Tamizaje de Segundo Grado



Nota: Elaboración propia.

Con los alumnos de tercer grado se aplicó la prueba a 107 alumnos el cual se divide en 43 mujeres y 65 hombres, los resultados nos arrojan que en el tercer grado los indicadores de riesgo son; Uso-abuso de sustancias, Salud Mental, Relaciones Familiares, Relaciones con Amigos y Nivel Educativo

Tabla 4

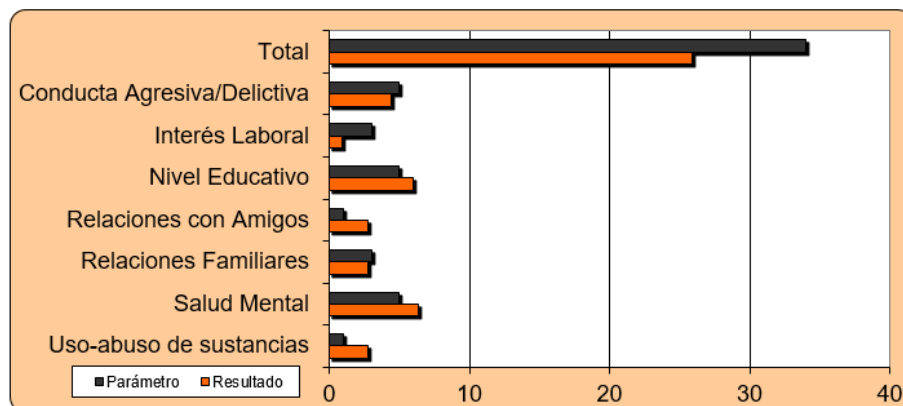
Cuestionario de Tamizaje. Resultados de Tercer Grado

Nombre Escuela: ANA MARIA BERLANGA			
Primaria/Secundaria: ESCUELA SECUNDARIA NUMERO 2			
	Puntos		Parámetros
			Puntos
Uso-abuso de sustancias	3	Riesgo	≥ 2
Salud Mental	6	Riesgo	≥ 5
Relaciones Familiares	2	No Riesgo	≥ 3
Relaciones con Amigos	3	Riesgo	≥ 1
Nivel Educativo	6	Riesgo	≥ 5
Interés Laboral	1	No Riesgo	≥ 3
Conducta Agresiva/Delictiva	4	No Riesgo	≥ 5
Total	24		≥ 34

Nota: Elaboración propia.

Figura 2

Gráficas de los resultados del Tamizaje de Segundo Grado



Nota: Elaboración propia.

Conforme a los resultados generales que nos arrojó la prueba POSIT, podemos decir que el principal problema que afecta a la población estudiantil de la secundaria número 26 está focalizado en el tema de Salud Mental, Consumo de Sustancias, Nivel educativo y Conducta Agresiva/Delictiva, hay que mencionar que el CECOSAMA no interviene en el ítems de nivel educativo ya que este tema es exclusivamente de las autoridades escolares.

Siendo así solo nos enfocaremos en el tema de salud mental y adicciones comenzando con el tema de gestión de las emociones enfocado a la emoción del enojo con la finalidad de mejorar la salud mental del alumno, las conductas agresivas delictivas y consumo de sustancias. De forma complementaria se trabajará con los padres o tutores legales de los alumnos el tema de la crianza positiva principalmente enfocándonos en las estrategias de comunicación asertiva ya que para poder tener un impacto positivo en los alumnos se tiene que trabajar desde casa por esta razón es que se pretenderá trabajar con los tutores de los alumnos.

Por experiencia puedo mencionar que el implementar los talleres o pláticas de prevención en consumo de sustancias y salud mental si tiene un impacto favorable en la calidad de las vidas de la comunidad, en distintos niveles por ejemplo cuando se hace intervención con el cuerpo estudiantil los alumnos adquieren información valiosa ya que aprende el porqué de las cosas es decir aprenden el por qué se produce una adicción los efectos de las drogas en el cuerpo por ejemplo aprende que el cigarro electrónico no es inocuo incluso hace más daño que un cigarro convencional, el problema es que lo siguen consumiendo gracias a una mala implementación de las leyes contra la venta del cigarro y otras drogas legales.

Al brindar los talleres a los padres o tutores podríamos decir que se logra un mayor impacto, gracias a que ya son adultos y son centrados. Lo que me he podido percatar es que incluso con los adultos son influenciados por las redes sociales por ejemplo muchos de los padres les compran el cigarro electrónico a sus hijos con la

falsa idea de que es para dejar de fumar o que es inocuo ya que se exhala es vapor de agua o incluso que les den a probar alcohol desde temprana edad con la falsa idea que de *“prefiero que lo haga frente a mí que a mis espaldas”* y esto hablando de adicciones, pero cuando se habla de la crianza de los hijos la situación se entorna complicada ya que muchos padres lo ven como una crítica a la forma en la que educan a sus hijos. Hasta se logra hacer un canal de comunicación reversible para intercambio de ideas y sugerencias las cuales nos van llevando por un camino donde los padres terminan auto alimentándose con las experiencias de los demás padres y la orientación del promotor, de esta manera adquiriendo nuevos conocimientos y en muchos casos lo implementa con sus hijos dando como resultado una mejora dentro de las aulas.

c) Diseño, planeación e implementación del Programa “La familia como factor de Protección”.

l) Taller con Padres “Crianza Positiva”

Para poder comenzar con la mira de que la familia es un factor crucial para la protección de los hijos es crucial que se comience con un taller de Crianza Positiva, esto con la finalidad de poder abolir la creencia cultural que para poder educar hay que castigar ya sea este un castigo de prohibiciones o incluso un castigo físico a los niños, siendo estos actos bien vistos por muchos padres.

Muchos psicólogos opinan que este tipo de creencias y acción están total mente alejada de la realidad, el día 29 de noviembre de 2021 en el Foro “El derecho de niñas, niños y adolescentes a una crianza positiva y libre de violencias”. En este foro en su inauguración la Licenciada Constanza Tort San Román directora del Sistema Nacional de Protección Integral de Niñas, Niños y Adolescente (SIPINNA) menciona que la violencia, el castigo físico, las humillaciones y los tratos crueles están sustentados en falsas percepciones de la forma correcta de educar (Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes [DIF], 2021).

Antes de poder brindar este taller fue necesario ser capacitados, por indicaciones del Psicólogo Jonathan Navarro Mosco responsable del programa de salud mental y adicciones de la jurisdicción de sanitaria de la alcaldía de Cuauhtémoc, se nos indicó que acudiéramos a la capacitación de Crianza Positiva brindada en las instalaciones del DIF con dirección en Xochicalco #1000, alcaldía Benito Juárez dicha capacitación nos fue brindada por el área de Niños, Niñas y adolescentes en vulnerabilidad.

Una de las primicias de esta capacitación es que tiene que ser lo más concretar y puntual siendo el objetivo que los padres de familia que tomen este taller puedan replicarlo en su vida diaria, como material didáctico nos fue brindado un manual de nombre crianza sin violencia. Este mismo es el que se replica con los padres de familia,

Al comenzar con este taller se realiza la primera observación que una educación está basada en respeto, la empatía, comunicación y el afecto entre padres e hijos, con la finalidad de que los lazos entre padres e hijos se fortalezcan mutuamente. Con el objetivo de fomentar un desarrollo integral de los niños, potencializando sus capacidades, valores y autoestima y ayudándoles a resolver los conflictos de una forma pacífica y constructiva.

A continuación, se desglosará los pasos del taller de crianza positiva para padres:

Este taller está dividido en 7 temas y reflexión:

- 1- Las funciones de las madres y los padres.
- 2- ¿Qué es educar?
- 3- Algunas pautas para educar
- 4- Los límites como cuidado
- 5- La comunicación en las familias
- 6- Los hábitos
- 7- Costumbres familiares para una convivencia armoniosa
- 8- Reflexión y evaluación

Antes de comenzar se les pide a los participantes que identifiquen cuáles son las funciones de la persona o pareja que les ayuda con el tema de la educación del menor, esto con la finalidad de estimular una empatía con la persona que les ayuda con la educación del menor, posterior a esta actividad de integración comenzamos con el contenido del taller.

Los temas que se abordaran son:

Tema 1 Las funciones de los padres.

El pensar sobre qué tipo de padre o madre se quiere ser es importante a la hora de tomar decisiones cotidianas en la crianza. Las funciones que cumplen los padres y las madres son muchas y van variando según la edad, las características y las necesidades de cada hijo, pero normales mentes están vinculadas con:

- Cubrir las necesidades materiales de los hijos (alimentación, vestimenta e higiene) y proteger su salud.
- Brindarles el clima y las condiciones emocionales adecuadas para el desarrollo de su personalidad, ya que ésta se forma siempre en la cercanía afectiva de los responsables de su crianza.
- Contenerlos y darles respuesta a sus angustias, llantos y necesidades para que aprendan a auto calmarse y lidiar con sus emociones.
- Fomentar su socialización, transmitiéndoles las pautas culturales para que puedan relacionarse con los demás.
- Mostrarles ideales y modelos para resolver situaciones difíciles que se les presenten en la vida.
- Intentar que comprendan quiénes son y qué necesitan, que se conozcan ellos mismos, permitiendo que expresen sus emociones y nombrándolas para que puedan apropiarse de ellas.
- Ayudarlos a crecer y ser cada vez más autónomos.

1.1 ¿Qué es educar?

La acción de educar generalmente es el acto de guiar y acompañar al niño en su desarrollo y crecimiento. Una de las implicaciones es ser esa persona cercana y confiable con la finalidad que el menor pueda construirse como persona plena en un contexto de confianza y seguridad.

Cuando se educa a un niño, se deja una huella en ellos por lo que somos y por lo que decimos. Recordemos que los niños regularmente aprenden por imitación de las acciones de sus padres. Para lograr que las acciones que se realizan tengan un impacto positivo es necesario que entre las dos personas se dé un encuentro basado en el amor y no en el poder. Por eso, somos educadores en la medida en que nos damos cuenta de que nuestra vida influye sobre otra vida, lo asumimos responsablemente y nos lo proponemos como una tarea.

Algunas de las recomendaciones que se tienen para un desarrollo de una sana autoestima en los hijos son:

- a. Si se le dice la verdad, será honesto.
- b. Si se lo trata con amor, responderá amorosamente.
- c. Si se lo valora como persona, construirá una buena autoestima.
- d. Si se siente protegido, aprenderá a cuidarse.
- e. Si se le marca los límites cuando es necesario, aprenderá a auto limitarse.
- f. Si el padre y la madre, como adultos, se hacen cargo responsablemente de él, aprenderá a responsabilizarse de sus actos.

1.2 Algunas pautas para educar

Uno de los puntos cruciales en la educación de los hijos es que los padres puedan brindar un clima emocional adecuado para su crecimiento al igual el brindarle un modelo a seguir el cual sea amoroso, responsable, concreto en toma de decisiones el cual cumpla con las funciones de un padre, dando como resultado una seguridad y contención de esta manera el menor se sentirá seguro de su propio crecimiento.

Algunas pautas que se debe tener en cuenta en la educación de los hijos son las siguientes:

- Transmitir a los niños y niñas valores basados en la libertad, pero dentro de un marco de responsabilidad. Para que un niño ejerza su libertad, necesita pautas concretas: que sus padres le muestren claramente cómo esperan que se comporte frente a cada situación. De esa manera, podrán saber si responden o no adecuadamente a esas pautas y, si no lo hacen, asumir las consecuencias de sus actos.
- Proponerle pequeñas tareas cotidianas o responsabilidades acordes a su edad. Por ejemplo: *“Me gustaría que juntes tus juguetes cuando termines de jugar”* o *“Por favor, lleva las servilletas a la mesa”*. Esto implicará que tengan un papel activo dentro de la familia, acorde a su edad.
- Crear momentos de encuentro en la familia para poder transmitir valores en los actos cotidianos, por más pequeños que sean, limitando el uso de aparatos tecnológicos tanto en los padres como en los hijos. Aunque sean actividades cortas, siempre es recomendable hacerlas y sostenerlas en el tiempo.
- Brindar un clima emocional de respeto por sus derechos y la seguridad básica para que puedan crecer tranquilos. Los padres deben entender que, si no lo hacen, aunque no sean conscientes, están ejerciendo sobre ellos una forma de violencia.

Tema 2 Los límites como cuidado

El objetivo que se pretenden es que los tutores o padres se cuestionen la forma en la que ponen límites ante alguna situación y que puedan valorar la importancia que tiene el poner límites en el tema de la crianza de los niños.

Temas que se abordaran:

2.1 ¿Qué significa portarse mal?

Una de las respuestas más mencionadas entre los padres es el comportamiento inaceptable, es aquel que rompe con una estructura de tranquilidad ante ciertas circunstancias como el gritar, hacer rabietas, no aceptar indicaciones. Cualquier acto que rompa con lo establecido en una sociedad que defina portarse bien.

Para que los límites sean portadores de un mensaje de cuidado, para que provean un borde al desborde del niño, es necesario que los padres y las madres se interroguen sobre las formas cotidianas naturalizadas.

En esta parte del taller el promotor tiene que solicitar a los participantes que hagan una evaluación interna sobre lo que creen acerca de los límites en el ámbito familiar y comprender que muchas veces el maltrato que reciben los niños y las niñas está naturalizado. Esto es así cuando se considera normal o natural castigar el mal comportamiento imponiendo alguna forma de padecimiento.

Despees de que se les pide a los participantes que hagan una autoevaluación de comienza a trabajar con los siguientes términos:

- ¿Qué significa portarse mal? Los especialistas advierten que los niños que se “portan mal” en realidad son niños que se “sienten mal”. Se sienten poco reconocidos, creen que no valen, que no son queridos ni aceptados.

Es decir que ningún niño podrá “portarse bien” a menos que “se sienta bien”.

- Trabajar sobre las percepciones o creencias acerca de la infancia permitirá ver cuál es el padecimiento del niño que subyace a ese comportamiento inadecuado. En general se portan mal porque necesitan llamar la atención de los adultos, quieren ser mirados y escuchados; están pidiendo ayuda porque no pueden manejar su malestar emocional, no logran controlar sus impulsos.
- El autocontrol se construye paulatinamente a lo largo de las diferentes etapas evolutivas. Las emociones infantiles suelen ser muy intensas. Por eso, un niño necesita figuras parentales sensibles que lo asistan amorosamente en sus estados emocionales. Esta asistencia se logra a través del buen trato y la palabra, incluso con niños muy pequeños.

En muchos casos el comportamiento del menor es por la necesidad de llamar la atención de los adultos, quieren ser mirados y escuchados como respuesta a un problema que ellos no pueden manejar. Uno de los temas que son importantes en cualquier etapa de la vida es el autocontrol, el cual se construye poco a poco a lo largo de las diferentes etapas de la vida. En la infancia las emociones infantiles suelen ser muy intensas. Por eso, un niño necesita una figura paterna o materna que sea sensible el cual sea capaz de ayudarles a gestionar sus estados emocionales.

2.2 Para qué sirven los límites y cómo ponerlos

Los límites son una herramienta importante en la educación ya que ayudan a los niños y niñas a desarrollar habilidades esenciales para la vida como la autodisciplina, la responsabilidad y el respeto hacia los demás también se tiene que mencionar que una de las funciones de los límites en la crianza es que el menor sepa hasta dónde pueden llegar sus actos dentro y fuera del núcleo familiar, ya que por

naturaleza los niños y niñas son egocéntricos tiene la idea que sus necesidades tienen que ser atendidas inmediatamente, el poner los límites y reglas ayuda a demorar el logro de lo que desean inmediatamente de esta manera se trata la tolerancia a la frustración siendo parte fundante para la formación de su personalidad.

Tema 3. La comunicación en las familias

Objetivos:

- 1 La función del lenguaje como forma de integrar a los niños en el mundo
- 2 de los otros.
- 3 Los diferentes modos de enseñar a sus hijos a procesar sus experiencias
- 4 por medio de la palabra.
- 5 La importancia de la palabra como mediadora entre el impulso y la acción para prevenir la violencia.

Temas:

- ¿Qué es la comunicación?
- ¿Para qué sirve la comunicación?
- Diferentes formas de comunicarnos

3.1 Que es la comunicación

La comunicación es la forma en la que nos relacionamos con el resto de la población, brindamos y recibimos información transmitimos pensamientos e ideas y comprendemos los sentimientos e ideas de las demás personas. El lenguaje es un medio que permite expresar lo que nos ocurre interiormente para que los demás puedan conocerlo y entendernos. Es decir, sirve para comunicarnos.

Para que la comunicación se pueda dar de manera eficiente es necesario la presencia de tres elementos un emisor (el que dice), un receptor (el que escucha) y un mensaje (lo que se dice). Esto implica que no siempre que alguien dice algo logra que los demás lo entiendan o reciban el mensaje completo. Es preciso que la persona a quien está destinado el mensaje esté en actitud que reciba el mensaje.

Para lograr hacer llegar adecuada mente un mensaje es necesario el manejar dos puntos adecuados de la comunicación que son el tipo de comunicación los cuales son verbales y no verbales y los niveles de comunicación los cuales son lo que queremos decir, lo que decimos efectivamente y lo que entiende quien nos escucha, es aquí donde con regularidad se pierde lo que queremos dar a entender. Uno de los desafíos de la comunicación es hacer coincidir los tres niveles, ya que es la única manera de que ésta sea efectiva.

3.2 Para qué sirve la comunicación

En las familias, la comunicación sirve para:

- Conocer a nuestros hijos:
- Escucharlos, darles un tiempo y un espacio donde puedan expresarse
- Ayudar a nuestros hijos a construir su psiquismo al ponerles nombres a sus emociones. De esta manera, entienden que lo que sienten tiene una palabra que se corresponde con ese sentimiento. Así, aprenden a Conocerse a sí mismos.
- Enseñar a nuestros hijos que tiene que haber coherencia y concordancia entre lo que sienten y lo que expresan implícita o explícitamente. De este modo, asumen la responsabilidad de sus acciones y palabras.
- Que nuestros hijos ingresen en el mundo de los otros por medio del lenguaje, verbal o no verbal
- Ir construyendo el pensamiento. Para los niños, al principio, pensar es hacer. Paulatinamente, van pasando del lenguaje de acción al de las palabras.

3.3 Diferentes formas de comunicarnos

Cuando nos comunicamos con nuestros semejantes no solo lo hacemos con las palabras, también lo hacemos con el lenguaje no verbal siendo esta la más utilizada aun que no nos demos cuenta ya que estos expresos gestos, acciones, omisiones y silencios. Los niños o adolescentes son muy susceptibles a los estímulos de los adultos, aunque no lo expresemos con palabras.

Algunas recomendaciones sobre el cómo comunicarnos:

- La comunicación sin censuras ni límites provoca desorganización y estrés. En la comunicación con los chicos, los adultos deben medirse y decir solo aquello que el hijo o la hija esté preparado para escuchar.
- Evitar satisfacer los deseos de nuestros hijos antes de que ellos los puedan detectar o expresar, ya que esto reforzará un patrón de comunicación basado en la acción y no en la palabra. Démosles tiempo para que naturalmente puedan utilizar el lenguaje como el medio óptimo para relacionarse y convivir armoniosamente con los demás miembros de su familia y comunidad.
- Si no damos valor a sus expresiones, hacemos que sientan que sus pensamientos y sentimientos no son importantes. Por lo tanto, no solo no se expresarán, sino que no confiarán ni en nosotros ni en ellos mismos.

Tema 4 Los hábitos

Objetivo

- Promover hábitos saludables para cada etapa del desarrollo de los niños.
- Compartir experiencias para el cambio de hábitos.
- Acompañar a sus hijos a dejar ciertos hábitos que ya no son del todo saludables para dar la bienvenida a nuevos modos de relacionarse con los objetos y con los demás.

Temas:

- Qué son los hábitos y para qué sirven
- Cómo transmitir hábitos a nuestros hijos
- Costumbres familiares para una convivencia armoniosa

4.1 ¿Qué son los hábitos y cuál es su función en la familia?

Un hábito es una acción que se adquiere voluntariamente a través de una acción que lleva a cabo repetidamente el cual posteriormente se realiza naturalmente sin la necesidad de planear la acción. Existen dos tipos de hábitos el primero es el hábito saludable acción que te trae algún beneficio a tu vida diaria el segundo hábito es el perjudicial es aquel que trae una desorganización o limitaciones a la vida del usuario.

En los niños o adolescentes el hábito les ayuda a formar un orden que es repetitivo, de esta manera, el niño o adolescentes puede tolerar el hecho de terminar alguna acción que le guste demasiado, con estas acciones el podrá darse cuenta que las actividades de cada día llevando un orden, si fuera lo contrario y tuvieran un día distinto y poco predecible cada día el niño se confundiría y terminaría desbordándose y dando como resultado un comportamiento poco aceptable, por ejemplo un berrinche surge a veces como modo de expresar su necesidad de que lo ayuden a organizar su vida.

4.2 ¿Cómo transmitir hábitos a nuestros hijos?

Como bien se sabe los hábitos son un comportamiento aprendido, es decir, no innato el cual requiere de poco o ningún compromiso racional para que estos puedan ser transmitidos a nuestros hijos es de gran importancia que el adulto responsable pueda enseñarlos a través del ejemplo en su persona, recordemos que los niños tienden a imitar muchos comportamientos que ven en sus padres a manera

de imitación. Por consiguiente, se mencionarán algunas recomendaciones para fomentar esta acción.

- En primer lugar, acordar entre los adultos responsables del cuidado, cuáles serán los hábitos que queremos que incorporen.
- Comunicárselos. Es decir, transmitirles con palabras y acciones lo que queremos que logren.
- Repetirles los hábitos con pautas claras y coherentes.
- Ser constantes y pacientes.
- Darles amor, contención y tranquilidad.
- Transmitirles confianza.
- Respetar sus tiempos.

Tema 5 Costumbres familiares para una convivencia armoniosa

Cada familia tiene sus propias costumbres. Estas surgen a partir de los valores de cada familia, que se incorporan como hábitos. Es importante que los padres o responsables de la crianza reflexionen y decidan en conjunto qué hábitos valoran y trabajen para incorporarlos en la familia.

Estas son algunas de las recomendaciones para una convivencia armoniosa en la familia.

- La verdad y la sinceridad.
- La libertad de poder decir lo que se siente y se piensa.
- La responsabilidad para hacerse cargo de lo que se dice y se hace.
- La autonomía, según la edad.
- La escucha, la no agresión y el uso de la palabra para expresarse.
- La aceptación de las diferencias y la no discriminación.
- El amor, hasta para decir algo que puede no gustar.

- La solidaridad y el ponerse en el lugar del otro.
- Aprender que postergar algo no es renunciar a ello para siempre

Tema 6 Reflexión y evaluación del taller de crianza positiva

En esta última parte del taller de crianza positiva, se pretende darles un espacio donde puedan realizar reflexión con la finalidad de que compartan experiencias y logros de los padres a partir del trabajo realizado en este taller de crianza positiva.

Esta actividad comienza con solicitarles a tres participantes que se coloquen de pie y expongan alguna situación que han vivido con sus hijos y como sería la forma de abordar esta situación conforme a lo aprendido en este taller. Se divide en grupos pequeños y se procede a entregarles una hoja a cada uno con las siguientes consignas 1- ¿Qué te llevas de los talleres como enriquecimiento personal como madre/padre?, 2- ¿Qué pudiste modificar a partir de los mismos?, 3- ¿Qué te quedó pendiente?, después de que sean contestadas estas preguntas se procede a la última parte del taller.

Por última actividad se les solicita que cada grupo exponga al frente del grupo y la parte del promotor de la salud es coordinar y reforzar las ideas expresadas por los padres, fortaleciendo con fundamentos sus logros ayudarlos a sentirse protagonistas y promotores de los mismos.

Por último, se les brinda un listado de las direcciones de instituciones públicas cercanas a la escuela para que puedan acudir a ellas en casos que requieran atención especializada.

II) Talleres con Adolescentes

Para poder hacer una intervención con los alumnos y saber cuáles son las áreas de riesgo es necesario el aplicar la prueba POSIT. Al obtener los resultados es posible el planear las pláticas o talleres conforme a las áreas de oportunidad

El primer taller que se impartirá será el de habilidades sociales o mejor conocido como habilidades para la vida, este taller consta de tres sesiones de una hora y media, este taller está constituido por los siguientes temas: 1. Autoconocimiento; 2. Empatía; 3. Comunicación asertiva; 4. Relaciones interpersonales; 5. Toma de decisiones; 6. Solución de conflictos; 7. Pensamiento creativo; 8. Pensamiento crítico, y 9. Tensiones para el manejo del estrés.

- Habilidades Sociales

La habilidad social es un conjunto de conductas que el niño o adolescente adquiere por imitación, dichas habilidades son implementadas con las personas con las que interactúa diariamente, estas habilidades son importantes en los primeros años de vida del niño. Los desarrollos de estas habilidades son necesarias para un desarrollo sano en su vida cotidiana.

Estas habilidades sociales se dividen en dos tipos la primera son la habilidad básica estando enfocadas en iniciar y mantener una conversación, presentarse y presentar a otras personas, formular preguntas, dar las gracias y hacer un cumplido. Y las habilidades sociales avanzadas están enfocadas en dar instrucciones y seguirlas, pedir ayuda, disculparse, participar en una conversación con varias personas, dar tu opinión y convencer a los demás (Esteves et al. 2020).

Con este taller se pretende que los alumnos adquieran las habilidades necesarias para una sana convivencia en el aula y fuera de esta misma. Para brindar este taller nos apoyaremos de los manuales brindados por el CECOSAMA los cuales están enfocados en como adquirir las habilidades sociales para una sana convivencia en grupo.

A continuación, se brindará una explicación de los puntos a trabajar.

Tema 1 El auto conocimiento

Se espera que el alumno adquiera la capacidad de introspección que tiene una persona para conocer a profundidad sus emociones, cualidades, defectos, limitaciones, aficiones, fortalezas. Con la finalidad de que el alumno pueda explotar sus cualidades y habilidades.

Para poder impartir este tema es importante realizarlo a través de actividades:

- Biografía: se les pide que escriban una autobiografía o historia de vida. se les menciona que están en total libertad de utilizar los recursos que deseen. Pueden escribir en un papel, en el computador o en un mensaje de voz en el celular. Se les hace énfasis que plasmen los siguientes puntos recuerda tus orígenes, la infancia, las sonrisas, las persona que te acompañaron en esos momentos de la vida, los momentos más importantes de tu vida, tanto positivos como negativos.
- Actividad del espejo: esta actividad tiene como objetivo que el alumno se pueda observar su propio reflejo con atención en una superficie reflejante con la finalidad de que el alumno pueda ver con detalle cada aspecto de su rostro y reconozca esos aspectos que no le gustan de sí mismo pero que aprenda a aceptar y los vea como cualidades y no como defectos
- FODA: en esta última actividad se les pide que dividan en cuatro partes la hoja, en el primer cuadro de la superior izquierdo colocaran cuáles son sus fortalezas en el siguiente colocaran debilidades en los siguientes se les pide que coloquen oportunidades y amenazas al terminar el encargado del taller dará ejemplos de su propio FODA con el propósito de que los alumnos puedan distinguir con mayor claridad la diferencia de cada apartado siendo así que ellos puedan conocer un poco más a profundidad su persona.

TEMA 2 Empatía

Es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona para entender la situación que está viviendo. Es escuchar y comprender sus emociones para poder ayudarla. En esta actividad se les pasa distintos fragmentos de películas y videos cortos, en donde se pueden apreciar distintas escenas en las cuales se puede ver cuando se tiene que hacer uso de la empatía estas escenas son en situaciones de una vida cotidiana.

Este ejercicio se realiza con la finalidad de sensibilizar y hacerles entender que en cualquier momento de a lo largo de su vida tendrán que ser empáticos ya sea con la novia, amigos, gente ajena a ellos en incluso con la familia al igual se les hace notar que ellos pueden necesitar que las personas sean empáticas con la situación que estén viviendo ellos en ese momento

Tema 3 Asertividad

La comunicación asertiva es un estilo de comunicación que implica expresar tus ideas, opiniones y sentimientos de manera clara, directa y respetuosa, sin agredir ni menospreciar a los demás. Se basa en el respeto mutuo y en la búsqueda de un equilibrio entre tus propias necesidades y las de los demás (González, 2021).

La comunicación asertiva es crucial en distintos momentos de la vida, como en lo personal al igual que en lo profesional, siendo un pilar indispensable para la resolución de conflictos, la toma de decisiones y el establecimiento de límites saludables.

En este punto se realizan dos actividades para fomentar el asertividad la primera es actuar en el cual se integran las formas de comunicación que son pasiva, agresiva y asertiva al finalizar se explica cuál sería la forma aceptada para tener una comunicación asertiva

La segunda actividad es un concurso para resolver conflictos, dicha actividad está basada en colocarles una serie de fotografías es estas fotos los alumnos tienen que imaginar qué sucede y que podrían decirse uno y otro para resolverlo dicha situación. Tema Cada participante deberá dar una o varias respuestas, se reúnen todas las respuestas y uno será el juez que decida quién es él lo que ha resuelto de forma más original

Tema 4 Relaciones interpersonales.

Las relaciones interpersonales no más que establecer una relación con dos o más personas la cual está basada en el respeto, igualdad y en una autenticidad la cual está basado en sentimientos, emociones, intereses, actividades sociales, entre otros. Este tipo d relaciones es esencial ya que es la forma en la que establecemos una interacción ya como la familia, los amigos, el lugar de trabajo (Rivera & Guerrero, s.f.).

La finalidad de este punto es que el alumno aprenda a identificar cuándo y cómo es que tiene que iniciar, mantener o terminar alguna relación. El segundo punto es que el alumno es que aprenda a relacionarse de manera positiva con las personas que interactúan a diario (amigos, trabajo y familiares).

La actividad que se implementa es la Ventana de Johari, es una técnica psicológica el cual consta de cuatro cuadrantes el primero está definido como área pública, el siguiente es el área ciega, área oculta y área desconocida. Se le pide al resto de participantes que plasmen un listado de donde se exprese lo que define al compañero ya que esta actividad se realiza en grupos pequeños.

Tema 5 Solución de conflictos y problemas.

La resolución de conflictos es encontrar la manera en la que dos o más individuos, u organizaciones encuentran una solución reposada a los desacuerdos que enfrentan. Los desacuerdos pueden ser emocionales, políticos, financieros o la combinación de uno o más. La fortaleza de la solución de conflictos gira en la forma de solucionarlos se recomienda que esta sea a través del dialogo, acuerdos o compromisos, la finalidad es que ambas partes queden satisfechas con la situación con la que están pasando (Andrade et al. 2020).

De igual manera se les explica cuáles son las habilidades importantes para la resolución de conflictos

- 1- Escucha activa
- 2- Comunicación
- 3- No culpes
- 4- Mantener la calma
- 5- Colaboración

Para completar esta habilidad de solución de conflictos se les explica cuáles son las estrategias de resolución de conflictos.

1. Negociación
2. Medición
3. Arbitraje
4. Litigio

Después de concluir la explicación de los puntos ya antes mencionados se procede a una actividad con la finalidad de reforzar este tema. La actividad consta en pedirles a tres o más alumnos no más de 5 que pasen al frente para actuar alguna situación de conflictos y dejar que ellos implementen lo aprendido, se realizan las intervenciones pertinentes por parte del promotor para reforzar o realizar correcciones pertinentes.

- Manejo de las emociones y sentimientos.

Durante la etapa de la adolescencia se suelen tener cambios muy intensos en su sentimientos y emociones por lo cual es muy común que a consecuencia de un mal manejo de las mismas comentan errores o se involucren en conflictos los cuales pudieron ser solucionados fácilmente con una gestión adecuada de sus emociones.

Para este tema se reproduce fragmentos específicos de la película intensamente la cual muestra claramente cómo es que las emociones mal enfocadas pueden ocasionar problemas adicionalmente se reproducen videos cortos donde se muestran situaciones donde se tiene un mal manejo de alguna emoción.

Después de que vieron estos videos se procede a brindarles técnicas para que tengan las herramientas necesarias de una gestión adecuada en sus emociones específicamente en las emociones fuertes (enojo).

Se brindan algunas estrategias para una gestión adecuada de las emociones:

Técnica de respiración profunda, esta técnica es muy sencilla y útil para controlar las emociones como la es la ira o enojo, está enfocada a poder regular las reacciones fisiológicas, antes, durante y después de enfrentarse a situaciones emocionalmente intensas, es la respiración profunda.

Detención de pensamientos. Esta estrategia está enfocada en buscar el control del pensamiento la cual se puede utilizar, durante o después de la situación que nos genera algún enojo. El principio de esta técnica es el detectar cuando uno mismo empieza a mostrar signos de estar nervioso o alterado, prestar atención a los pensamientos que tenga en ese momento, identificar las connotaciones negativas que tiene para ti. Después de realizar este análisis, se tiene a proceder el darte órdenes a ti mismo para detener o parar cualquier acción impulsiva que puedas hacer de manera de contestar o reaccionar ante una situación.

Ensayo mental, esta estrategia está enfocada cuando una persona hará alguna acción la cual no se siente del todo seguro y al sobre pensarlo esto incrementa la ansiedad o inseguridad ante dicho acto, al hacer un ensayo mental consiste en visualizar que la situación que se tiene al frente se desarrollará sin mayores complicaciones y de esta manera realizarla con mayor seguridad porque estas satisfecho con la manera que la realizaras.

Actividad que se realiza es el crear un dado con una cartulina y en cada una de sus caras colocar emociones y sentimientos como alegría, tristeza, rabia, frustración, aburrimiento. Se le pide a cada integrante que tira el dado y comparte una experiencia vivida, escuchada o leída, relacionada con el sentimiento que aparece el dado. Se le pide que nos platique cómo le haría para sobrellevar o controlar dicha emoción que surgió en ese monumento.

En conclusión, la finalidad de estos talleres es que los padres de familia o tutores adquieran algunas herramientas o estrategias para que puedan orientar o educar de una manera más eficiente y sin castigo físico a sus hijos con la finalidad de que el vínculo de padre e hijos se fortalezca y de esta manera poder evitar factores de riesgo en un futuro para el adolescentes y su familia.

- Pláticas de Sensibilización relacionadas al consumo de sustancias.

El segundo taller que se brinda es el de prevención de las sustancias psicoactivas más comunes en la adolescencia (Alcohol, Cigarro/Tabaco), este taller es apegado a los manuales y lineamiento que nos brinda el Centro Comunitario en Salud Mental y Adicciones (CECOSAMA).

Temas

1- ¿Qué debo saber sobre de las drogas?

a. ¿Qué es la DROGA?

Para poder ayudar a las y los adolescentes a prevenir el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, es necesario que estés informado de sus efectos y consecuencias y cómo pueden afectar su desarrollo físico, emocional y social. Siendo así se explica la definición de lo que es una sustancia psicoactiva se hace énfasis que existen dos tipos de ellas las cuales son lícitas y las ilícitas

b. ¿Qué pasa en el cerebro si se consumen drogas?

Se explica que es el cerebro y que funciones tiene es como el sistema nervioso central que se encarga de percibir lo que pasa a nuestro alrededor (cómo ves, oyes, hueles, saboreas y sientes), lo clasifica, lo filtra y nos permite responder a estímulos externos. Además, coordina las funciones básicas que nos permiten vivir, como la respiración, el latido del corazón, la presión de la sangre, la temperatura del cuerpo, la digestión y el sueño. Las células del sistema nervioso central son las neuronas.

Posterior se les explica cuáles son las partes de un cerebro y el cómo es que afecta el consumo de alcohol, de igual manera se les explica cómo es que el consumo de tabaco afecta a los órganos del cuerpo principal mente se les explica cómo es que los químicos dañinos del cigarro como es que se absorbe en el cuerpo.

c. ¿Qué lleva a las y los adolescentes a consumir tabaco, alcohol y otras drogas?

El riesgo de que las y los adolescentes consuman alcohol, tabaco y otras drogas está relacionado con tres factores principalmente:

Constitución biológica: Los genes con los que nacemos, en combinación con la influencia del entorno, son responsables de alrededor de la mitad de la vulnerabilidad a la adicción que tiene una persona. El sexo, la etnia o raza y la presencia de otros trastornos mentales también pueden influir sobre el riesgo de abuso de drogas.

Entorno: El entorno de cada persona implica muchos factores, desde la familia y las amistades hasta el nivel socioeconómico y la calidad de vida en general. Ciertos factores, como una historia familiar de abuso de tabaco, alcohol u otras drogas, la presión social de amigos(as) o compañeros(as) de clase, el abuso físico o sexual, el estrés y la calidad de educación que les han dado los padres, pueden tener una gran influencia sobre el consumo de drogas por parte de las y los adolescentes.

Etapas de desarrollo: Los factores genéticos y ambientales interactúan con las etapas críticas del desarrollo humano aumentando la probabilidad del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas. Si bien el consumo de estas sustancias a cualquier edad puede llevar a la adicción, mientras más temprano se comiencen a consumir, mayor será la probabilidad de que aumente el abuso y la adicción. Cualquier exposición a las drogas constituye un reto especial para las y los adolescentes porque, como ya se mencionó, algunas áreas del cerebro aún se siguen desarrollando y pueden limitar su capacidad para evaluar con precisión los riesgos del consumo de drogas.

2- Alcohol

1.1 Efectos y consecuencias del alcohol: se les brinda la definición de bebidas alcohólicas y sus variantes. Posterior a explicar esta definición se procede explicar cuáles son los efectos y consecuencias, se comienza con la explicación de los efectos físicos inmediatos, consecuencias físicas a corto plazo, consecuencias a largo plazo y se termina con la parte de enfermedades indirectas, psicológicas y conductas, sociales familiares y escolares.

3- Tabaco

3.1 Radiografía del cigarro

Se les muestra el material visual en el cual se explica cuáles son los compuestos más comunes que contiene un cigarro convencional y cuales químicos son los más dañinos

3.2 ¿Qué pasa en el organismo cuando se fuma tabaco?

Se brinda la explicación de lo que es un cigarro de nicotina también se les muestra cuales son los químicos más comunes que contiene un cigarro, posteriormente se brinda los tipos de humo los cuales son humo de primera mano, humo de tercera segunda mano y humo de tercera mano, también se explica cuáles son las 4 sustancias más comunes en el cigarro y cuáles son sus efectos.

4- . Dialogando sobre el consumo de drogas.

1.1 Mitos y realidades.

Por último, se brinda la definición de lo que es un mito, posteriormente se procede a platicar con los adolescentes sobre los mitos que saben sobre las drogas y las realidades de estas, estos mitos y realidades están enfocados principalmente en los daños física, salud, social, familia. Después de un pequeño intercambio de opiniones sobre lo bueno y lo malo de las drogas se procede a realizar un test de consumo de tabaco y alcohol el cual consta de una cuanta pregunta las cuales nos ayudarán a poder determinar el nivel de consumo de tabaco y alcohol que podrían tener los alumnos.

(Comisión Nacional contra las Adicciones, [CONADIC], 2017)

d) Detección de casos que requieren atención focalizada.

Para realizar la detección de posibles casos de riesgo es necesario el analizar los resultados arrojados por la prueba POSIT, si este resultado está por arriba de lo marcado como normal es necesario notificarlo a las autoridades escolares principalmente con el encargado del área de UDEEI. Para comenzar se solicita al encargado de UDEEI hacer una reunión con los tutores de los alumnos, esta reunión tiene como finalidad el brindar los resultados que se obtuvieron y explicar cuál es la posible situación de los menores.

Después de explicar a los padres cuales son las áreas de oportunidad en los que se podrían estar en riesgo el menor, posterior a esto se hace una invitación al tratamiento el cual consta en el servicio de psicología y psiquiatría dependiendo de la gravedad del mismo. se les brinda la dirección del CECOSAMA más cercano para que puedan acudir para comenzar el tratamiento adecuado para el menor y para los padres se les hace la invitación de que acudan a un taller de crianza positiva y habilidades para la vida.

e) Acompañamiento multidisciplinario al usuario

Este acompañamiento consta en que el promotor realice dicha acción junto con el paciente y su familia. Esto puede variar dependiendo si el paciente el menos de edad si este es el caso se hace el acompañamiento en compañía de sus tutores legales, este proceso se realiza cuando no contamos con el especialista adecuado

Posterior a esto se procesa hacer una invitación a realizar alguna actividad; esta puede ser desde algún deporte o hasta aprender algún oficio con normalidad, pasa a las terapias de lenguaje ésta se toma en alguna ONG y el resto de tratamiento “psiquiátrico” se lleva a cabo en el CECOSAMA, otro tipo de acompañamiento es el vínculo que se tiene con otras instituciones donde se brindan talleres o actividades normalmente son en los Puntos de Innovación, Libertad, Arte, Educación y Saberes (PILARES), cuando se realiza este acompañamiento es con la finalidad del que el

paciente aprenda algún oficio, concluya sus estudio de secundario, preparatoria o practique algún deporte con la intención de que forme parte de su tratamiento esto es con la finalidad de mejorar la calidad de vida del paciente.

f) Experiencia del Promotor de la Salud como promotor de salud como tallerista

Mi experiencia como promotor de salud dentro de la institución de UNEME-CECOSAMA ha sido peculiar ya que uno piensa que cambiará al mundo con nuestras acciones, pero la realidad es distinta, al llegar a la institución CECOSAMA fue todo lo contrario a lo que uno pensaría, para comenzar las instituciones de gobierno en salud no están preparadas en su totalidad para implementar programas o acciones de promoción de la salud conforme a lo que un promotor de la salud de la UACM lo puede percibir.

Como resultado de un modelo hegemónico de la salud las acciones de prevención son enfocadas principalmente en la prevención en particular en mi caso estamos enfocados en acudir a lugares que concurridos principalmente en las escuelas, mercados y unidades habitacionales. Durante estos 5 años que he trabajado en el CECOSAMA se me han presentado muchos contratiempos uno de ellos es el poder hablar en público, manejar grupos, la capacidad de transmitir información clara y precisa, como respuesta a estos desafíos y a las funciones que desempeño como promotor de salud he tenido que aprender distintas habilidades principalmente enfocadas en la comunicación, manejo de grupo, liderazgo, manejo de conflictos en el aula, trabajo en equipo y procesos psicológicos he identificar los tipos de rasgos de personalidad.

Estas habilidades las tuve que adquirir por mi cuenta, me han sido de suma importancia ya que me han ayudado en el tema de tener manejo de grupos al brindar un taller cuando me encuentro frente a 60 o 120 adolescentes brindando una conferencia sustancias psicoactivas incluso cuando se brinda un capacitación a los profesores en temas polémicos como es la crianza positiva o como detectar los

trastornos de personalidad y recomendaciones de cómo puede acercarse y entablar comunicación con estos alumnos.

En estos 5 años de trabajo en el Sector Salud he adquirido múltiples conocimientos desde la forma correcta de aplicar una prueba de COVID-19, el cómo tener manejo de un grupo habilidades comunicación tanto verbales y no verbales la solución de conflictos en comunidad, he aprendido muchos conocimientos tanto de trabajo social, psicología y psiquiatría. En resumen en estos 5 años laborando puedo decirles que el día de hoy soy un promotor mucho más competente gracias al trabajo interdisciplinario que me ha permitido adquirir nuevos conocimientos y aplicarlos en la intervención en las escuelas y unidades de vivienda popular.

ANÁLISIS CRÍTICO DE LAS FUNCIONES DESARROLLADAS.

El perfil de egreso de la carrera en Promoción de la Salud lo podrán visualizar completo en el apartado de anexo a continuación, se explicará cuáles son los percentiles del perfil de egreso de un Promotor de la Salud con los que he llevado acabo durante mis actividades en el UNEME- CECOSAMA.

En la primera parte que consta de 6 puntos puedo decirles que en mis actividades en las capacitaciones hago uso del conocimiento adquirido en los primeros tres puntos, estos son aplicados en los talleres cuando se requiere dar explicación de cómo funciona un cuerpo humano y como afecta las drogas a este, también cuando es necesario el poder entender la realidad social en el cual viven los alumnos al poder comprender esta realidad puedo diseñar un plan de trabajo en el cual se sientan identificados con su necesidades y de esta manera buscar que la información brindada les sea de mayor utilidad y en el tercer punto puedo decirles que el tener el conocimiento de los Factores condicionantes y de riesgo para la salud integral del individuo y de la comunidad me es más fácil el poder transmitir esta información cuando la actividad es enfocada las determinantes de la salud ya sean estos individuales o sociales con esta información me permite explicar a la comunidad en general como aplicar acciones preventivas para el cuidado de la salud individual y colectiva.

En cuanto a las habilidades que un Promotor de la Salud debería contar, puedo comentar que he desarrollado tres primeras habilidades que menciona el perfil de egreso del promotor. En las actividades que se realizan en las escuelas se busca promover la participación tanto de los alumnos como de los profesores cuando se imparte algún tema de salud mental, adicciones o en la aplicación del tamizaje “POSIT” con esta actividad se busca integrar a la mayor parte de la comunidad a participar en dichas actividades, esto se realiza con la finalidad que si se detecta algún caso de alarma poder actuar lo antes posible. Antes de actuar en algún caso de riesgo primero se tiene que indagar en el contexto cultural, individual y familiar,

recordemos que cada individuo cuenta con distintos determinantes sociales y de la salud, posterior a indagar que cuales son los determinantes del usuario se puede plantear alguna estrategia a trabajar ya sea esta solo con autoridades escolares o si se requiere de otras instituciones de gobierno.

En cuanto a las actitudes, creo que es un poco ambiguo ya que depende de quien lo vea, pero podría decir que las actitudes que resaltarían en las actividades que desempeño como servidor público serian; la actitud de servir y ayudar al otro recordemos que la carrera su punto eje es el ayudar y para poder hacer un buen trabajo es necesario el retroalimentarse a través de críticas y pensamiento crítico. Pero creo que una de las cosas que distingue al promotor en salud es la disponibilidad de siempre brindar sus conocimientos adquiridos durante la carrera para ayudar ya sea a un desconocido o a su propia comunidad.

A mi parecer uno de las actitudes que distingue a un buen Promotor de la Salud es el trabajar en equipo interdisciplinario, como lo que es mi caso que es muy común el tener que trabajar con otras disciplinas como por ejemplo con psicología, trabajo social, en algunos casos con psiquiatría y principalmente se colabora con otras instituciones como es el DIF, SIBISO, INED, entre otras instituciones.

Podría decir que esta parte es lo que definiría una parte a un promotor esa tenacidad de brindar la ayuda al usuario sin importar que tan complicado, administrativo o tedioso pueda ser el proceso, ya que la finalidad de un promotor es el poder ayudar individual o colectivamente si es posible el tener un impacto positivo en la comunidad que nos rodea.

CONCLUSIONES GENERALES.

Al terminar de escribir las actividades de esta memoria profesional pude percatarme que se implementaron distintos enfoques de la salud desde la educación para la salud hasta la Promoción de la Salud, con una gran alegría puedo decirles que si se logró el implementar acciones enfocadas a la Promoción de la Salud, podemos decir que no fue desde la corriente emancipatoria. Muchas veces intente atender estos problemas de salud desde la perspectiva emancipatoria, en general por distintos factores no me fue posible implementar esta corriente de la Promoción de la Salud, pero sí creo firmemente que el promotor tiene que atender los problemas de salud combinando y adaptándose según sea la situación que requiera la comunidad ya sea esta la educación de la salud, prevención o promoción de la salud.

En el caso de las adicciones que en la actualidad son catalogadas como enfermedades al igual que los trastornos de salud mental, siendo esta la lógica creo que la presencia de un promotor de la salud en las unidades de primer nivel de salud en este caso en los Centros Comunitarios de Atención en Salud Mental y Adicciones (CECOSAMA), es crucial la presencia del promotor en el primer nivel de atención a la salud ya que la mayoría de las enfermedades que son atendidas pueden ser prevenidas con una adecuada intervención comunitaria al igual que cualquier problema de salud pública.

En el presente trabajo se puede observar la importancia de la intervención de un Promotor de la Salud en la prevención de consumo de sustancias a nivel secundaria, en forma de conclusión partiremos de la importancia de una familia equilibrada como factor de protección y la adolescencia como factor de riesgo. Como bien se sabe que la adolescencia se encuentran en una etapa de su vida donde sufren muchos cambios tanto físicos como psico-emocionales en el cual solo buscar ser aceptados, a esto se le suma una sociedad que manipula y presenta valores establecidos, por otra parte se contradice en comerciales por televisión

donde les dicen el no consumir drogas y por el otro lado se les bombardea por mensajes a través de películas donde se permiten las drogas e incluso con la facilidad de adquirir estas sustancias las cuales se pueden conseguir en las tiendas de conveniencia incluso en los desniveles del metro y fuera de las estaciones de la misma. Por otro lado, la familia juega puede desempeñar el papel más importante en la prevención en cualquier circunstancia tanto en el manejo de las emociones, habilidades sociales e incluso en la prevención de consumo de sustancias psicoactivas.

En el presente trabajo se pudo apreciar cuales es la estrategia que se realiza para abordar los temas de salud mental y adicciones en las escuelas secundaria de la Alcaldía Cuauhtémoc. Sería ineficiente el aplicar encuestas de salud mental o de consumo a alumno por alumno por consiguiente se hace su uso de una herramienta de nombre prueba POSIT, esta herramienta es un cuestionario de 81 preguntas en donde nos permite evaluar 7 aspectos que van desde uso y abuso de sustancias hasta conductas agresivas delictivas, como conclusión después de aplicar esta prueba a distintas escuelas secundaria en la alcaldía Cuauhtémoc, nos percatamos que en la mayoría de los casos de los alumnos problemáticos tienen una constante que es una familia problemática estrictamente no solo nos referimos a familias disfuncionales sino también en la forma en la que se ponen límites a los adolescentes.

Conforme a los resultados obtenidos de la prueba POSIT podemos mencionar que el consumo de drogas legales tiene comienzo en la adolescencia en la mayoría de los casos están ligados a la forma en que los padres ejercen su autoridad en el lapso de formación de la personalidad del adolescente, es decir la implementación de la educación tradicional (castigos, amenazas o golpes) la poca o nula estimulación de la autoestima y manejo de las emociones del adolescente y la poca atención del núcleo familiar a los problemas, dudas y necesidades que llegan a tener los jóvenes.

Considero que no hay mejor tratamiento preventivo que la familia siempre y cuando sea una familia equilibrada ya que una familia equilibrada cuenta con ciertas formas las cuales brindan una cimentación sólida, estas familias procuran despertar el interés por sus hijos y un buen manejo de los tiempos libres del adolescente, en la mayoría de los casos se les inculca desde jóvenes el sentido de la responsabilidad estimulando la capacidad de toma de decisiones que estas favorezcan su independencia, habilidades sociales, autoestima y la capacidad de relacionarse con sus semejantes.

Sería mentira si les dijera que es más que suficiente con el papel de la familia, pero sería una mentira por lo mismo es necesario el trabajo en conjunto con los profesores de UDEEI (Unidad de Educación Especial e Inclusiva), director de plantel y con el Promotor de la Salud, esto va a permitir fortalecer su función como factores de protección hacia el consumo de drogas ilícitas tanto como lícitas, de esta manera ayudara que se tenga una mejor comunicación, comprensión y apoyo hacia los adolescentes.

Puedo concluir diciendo que la labor que realiza un promotor no solo es hacer labores de prevención o promoción en la salud, las acciones que se realiza es el poder generar conciencia no solo a los padres de los alumnos si no a la comunidad e general que el consumo de sustancias psicoactivas es más un problema social el cual cada día crece más y se presenta este consumo de sustancias cada vez en edades más tempranas.

Lo difícil no es el decirles que el consumo de drogas es dañino para la salud si no el verdadero reto es hacer que los tutores legales o padres de los alumnos comprendan que gran parte de la solución a este problema está en la familia en la implementar una del modelo de crianza positiva y más complicado es hacer comprender que este tipo de crianza no está basada solo en permitir y solapar si no en el poder comunicarse de manera asertiva con los adolescentes y a su vez

puedan identificar como es que este tipo de crianza logra que los jóvenes adquieras las herramientas necesaria para ser un ser humano funcional en la sociedad.

RECOMENDACIONES

Cuando uno sale de la carrera pensaría que tiene todo lo necesaria en sus manos para cambiar el mundo, nada más alejado de la realidad. Bueno al menos así me ocurrió a mí, ya que durante estos 5 años que me he desempeñado como Promotor de la Salud en los servicios de la Secretaría de Salud (SS) he podido detectar algunas carencias en mi formación, quiero aclarar que lo aprendido durante los 4 años de la carrera no quiere decir que no sirvan, pero he podido detectar algunas áreas de oportunidad que podrían mejorar para formar promotores más completos y eficientes.

Una de las recomendaciones que me gustaría hacer es cuando un promotor se encuentra frente a la comunidad es necesario el poder proyectar una seguridad tener una presencia de liderazgo, considero que cuando se trabaja en la comunidad se tiene que tener ciertas cualidades o desarrollarlas. Una de las habilidades sería el liderazgo, comunicación verbal y no verbal ya que considero que un promotor sin estas cualidades le sería complicado empatar con los líderes de la comunidad y orientar adecuadamente a la comunidad.

Otro de los retos que me enfrente en comunidad es cuando estas frente a las personas con la discapacidad auditiva siendo un impedimento la comunicación, considero que uno de las cualidades de un Promotor de la Salud tendría que ser la capacidad e poderse comunicar con la población con discapacidad auditiva y del habla. Considero necesario tener un taller o materia de lenguaje de señas adicional a la clase de lengua extranjera.

Al igual considero que es necesario el poder realizar más prácticas en comunidad esto con la finalidad de poner en práctica la atención a grupos vulnerables en comunidades aledañas a la CDMX, al igual considero que entre más se practique la participación comunitaria y la influencia de factores socioeconómicos y culturales en la salud se nos hará mucho más fácil cuando se tenga que realizar una intervención comunitaria ya cuando nos encontremos sin supervisión del profesor que imparta la materia.

REFERENCIAS

- Aguilar, I., & Catalán, A. (2005, abril). Influencia del entorno social en el desarrollo de las capacidades de los y las adolescentes. *Módulo I: Tendencias en Salud Pública: Salud Familiar y Comunitaria y Promoción*. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w24301w/s7_1.pdf
- Allen, B., & Waterman, H. (2019, 21 de mayo). American Academy of Pediatrics. *Etapas de la Adolescencia*. <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- American Cancer Society. (2024). *Riesgos para la salud debido al tabaquismo*. <https://www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco/riesgos-para-la-salud-debido-al-tabaquismo/fumar-tabaco.html>
- Andrade, J. A., Mendoza, M. F., Zapata, K. T., & Sierra, L. (2020, 31 de octubre). Relación entre conflictos de la adolescencia y habilidades sociales en adolescentes de una Institución *Educativa de Risaralda, Pensamiento Americano*. 13(25). <https://portal.amelica.org/ameli/journal/761/7613804003/html/>
- Ávila, M. (2009). Hacia una nueva Salud Pública: Determinantes de la Salud. *Acta médica Costarrica*. 51(2). 71-73. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/amc/v51n2/art02v51n2.pdf>
- Bonal, R.(2019). Modelos sobre promoción de salud en medicina familiar internacional e implicaciones en medicina general integral. *EduMecentro*, 11(2), 178-179. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v11n2/2077-2874-edu-11-02-175.pdf>
- Bonilla, S. M., & Marcilia, Y. (2015). *Factores de protectores que favorecen la realización de proyecto de vida en adolescentes en riesgo psicosocial de la Institución Juventud Con Una Misión*. [Disertación de especialidad inédita]. Corporación Universitaria Lasallista.

<https://repository.unilasallista.edu.co/server/api/core/bitstreams/80cd54b9-6c2e-4a35-b26f-8a56f491e1c7/content>

- Bordignon, N. A. (2005, julio-diciembre). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*, 2(2), 50-63. <https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>
- Buelga, S. & Pons, J. (2004). Alcohol y Adolescencia: ¿Cuál es el papel de la familia? En L. Gómez (coord.). <https://www.uv.es/lisis/sofia/9buelga.pdf>
- Calpa, A. M., Santacruz, G. A., Álvarez, M., Zambrano, C. A., Hernández, E. L., & Matabanchoy, S. M. (2019, julio-diciembre). Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios. *Hacia la Promoción de la Salud*, 24(2), 139-155. <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v24n2/0121-7577-hpsal-24-02-00139.pdf>
- Castillero, O. (2018, 11 de septiembre) *¿Qué son las drogas legales y qué tipos existen? Un repaso a los grupos de drogas que actualmente son legales.* Psicología y mente.com. <https://psicologiaymente.com/drogas/drogas-legales>
- Comisión Nacional contra las Adicciones. (2017, 23 de mayo). *CONADIC presenta guías preventivas para niños, niñas, adolescentes, padres y maestros. Hablemos Sobre el Alcohol y Tabaco y otras Drogas.* <https://www.gob.mx/salud/conadic/acciones-y-programas/conadic-presenta-guias-preventivas-para-ninos-ninas-adolescentes-padres-y-maestros-108566>
- Corvalán, M. (2017). El tabaquismo: una adicción. *Revista chilena de enfermedades respiratorias*. 33, 186-189. <https://scielo.cl/pdf/rcher/v33n3/0717-7348-rcher-33-03-0186.pdf>

- Cruz-Licea, V., Moreno, A. R., Iñarritu, M. C., & González L. A. (s.f.). *Entornos saludables, estrategia de promoción de la salud y prevención de enfermedades*. <https://dsp.facmed.unam.mx/wp-content/uploads/2023/07/Entornos-Saludables.pdf>
- Chapela, M. (2019, septiembre). Una utopía emancipadora de la Promoción de la Salud. *Enlaces Xochimilco*, 4(17), 9-17. <https://enlacesx.xoc.uam.mx/wp-content/uploads/2022/10/chapela.pdf>
- De La Guardia, M. A., & Ruvalcaba, J. C. (2020, enero). La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. *Journal of negative & no positive results*, 5(1), 81-90. DOI: 10.19230/jonnpr.3215. <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v5n1/2529-850X-jonnpr-5-01-81.pdf>
- Definición de Adicción a Sustancias o Drogas. (s.f.). IMSS. <https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/adicciones>
- Díaz, L. Vicente, B. Arza, M. Moráquez, G., & Ferrer, S. (2008). Drogodependencia: un problema de salud contemporáneo. *MEDISAN*, 12(2), Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas de Camagüey Cuba, <https://www.redalyc.org/pdf/3684/368445247019.pdf>
- Esteves, A. R., Paredes, R. P., Calcina, C. R., & Yapuchura, C. R. (2020, 13 de marzo). Habilidades Sociales en adolescentes y Funcionalidad Familiar. *Comuni@ccion: Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, 11(1), 16-27. <http://www.scielo.org.pe/pdf/comunica/v11n1/2226-1478-comunica-11-01-16.pdf>

- González, B. (2019, 2 de diciembre). Neuropsicología, neurociencias y educación. *Sistema de recompensa: cómo funciona las adicciones*. <https://neuro-class.com/sistema-de-recompensa-cerebralcomo-funcionan-las-adicciones/>
- González, M. R. (2021, 13 de septiembre). *La comunicación asertiva, una habilidad fundamental para el convivir*. Universidad Central. <https://www.ucentral.edu.co/noticentral/comunicacion-asertiva#:~:text=Noticentral-,La%20comunicaci%C3%B3n%20asertiva%2C%20una%20habilidad%20fundamental%20para%20el%20convivir,sentimientos%20de%20las%20otras%20personas>
- Güemes-Hidalgo, M. J., Ceñal, M. J., & Hidalgo, M. I. (2017, junio). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, XXI(4), 233-244. <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-06/desarrollo-durante-la-adolescencia-aspectos-fisicos-psicologicos-y-sociales/>
- Guerrero, A., & León, B. (2008). *Manual para la aplicación del Cuestionario de Tamizaje de Problemas en Adolescentes (POSIT)*. Centros de Integración Juvenil, A. C. <http://www.intranet.cij.gob.mx/Archivos/Pdf/MaterialDidacticoPreventivo/ManualparaAplicacionDelCuestionariodeTamizajedeProblemasenAdolescentesPOSIT.pdf>
- Guzmán, V., Armendáriz, N. A., López-García, K. S., Alonso, M. M., Rodríguez-Puente, L. A., & Yañez, B. G. (2021). Clima escolar como factor protector para el consumo de drogas en adolescentes de preparatoria. *Escolar Superior de Enfermagem de Coimbra*. V(1), Sup., e21024. <https://www.redalyc.org/journal/3882/388270423007/html/#:~:text=El%20clima%20escolar%20funge%20como,escolar%20positivo%20y%20la%20prevenci%C3%B3n>

- Herrera, P. (1999, marzo). Principales factores de riesgo psicológico y social en el adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 71(1), 39-42.
<http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v71n1/ped06199.pdf>
- Instituto Mexicano del Seguro Social. (s.f.). *Definición de Adicción a Sustancias o Drogas*.
<https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/adicciones#:~:text=Se%20conoce%20como%20adicci%C3%B3n%20a,l as%20consecuencias%20negativas%20que%20producen>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2023,26 de junio). *Estadísticas a Propósito del día Internacional de la Lucha Contra el uso Indebido y el Tráfico Ilícito de Drogas* [Comunicado de Prensa núm. 374/23, 1-8].
https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2023/EAP_DROGAS23.pdf
- Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz., Instituto Nacional de Salud Pública., & Comisión Nacional Contra las Adicciones. (2017). *Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017*.
https://drive.google.com/file/d/1zIPBiYB3625GBGIW5BX0TT_YQN73eWhR/view
- Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado. (2024, 27 de mayo). *Estadísticas aportan información para tratar la salud mental de niñas, niños y adolescentes*.
<https://www.gob.mx/sipinna/articulos/estadisticas-aportan-informacion-para-tratar-la-salud-mental-de-ninas-ninos-y-adolescentes?idiom=es>
- Krauskopof, D. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia las transformaciones en una época de cambios. *Adolescencia y Salud*, 1(2), 23-31.
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-41851999000200004
- Kuri-Morales, P. A., Cortés-Ramírez, M., & Cravioto-Quintana, P. (2005, noviembre-diciembre). Prevalencia y factores asociados a la venta de cigarrillos a menores

- de edad en el Distrito Federal. *Salud Pública de México*, 47(6), 402-412.
<https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/6655/8262>
- Kuri-Morales, P., Cortés-Ramírez, M., Cravioto-Quintana, P., Hoy, M. J., González-Roldán, J. (2006, 19 de abril). Políticas, vigilancia y acceso de los menores de edad a los cigarros en la Ciudad de México. *Salud Pública de México*, (48)1.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342006000700012
- Kuri, P., & González, J. (06 de abril de 2006). Epidemiología del tabaquismo en México. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342006000700011#:~:text=En%20cuanto%20a%20los%20fumadores,y%204.2%25%20de%20mujeres
- Lorenzo, P., Ladero, J. M., Leza, J. C., & Lizasoain, I., (2009). *Drogodependencias: Farmacología, patología y legislación*. 3ª Ed. Editorial Médica Panamericana. ISBN: 978-84-9835-176-7.
- Luján-García, C., Pérez-Marín, M., & Montoya-Castillas, I. (2013). La familia como factor de riesgo y de protección para los problemas comportamentales en la infancia. *Familia*, (47), 83-98.
<https://summa.upsa.es/high.raw?id=0000032481&name=00000001.original.pdf>
- Machorro, S. (2008, mayo-junio). Acerca del alcohol y su dependencia, *Revista Nacional de Neurociencia*, 9(3), 177-179.
<https://previous.revmexneurociencia.com/wp-content/uploads/2014/06/Nm083-01.pdf>

- Menéndez, L. (s.f.). Modelo médico hegemónico: tendencias posibles y tendencias más o menos imaginarias. *Salud Colectiva*, 16, 1-25. [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.scielosp.org/pdf/scol/2020.v16/e2615/es](https://www.scielosp.org/pdf/scol/2020.v16/e2615/es)
- Menéndez, L. (s.f.). *Modelo hegemónico, crisis socioeconómica y estrategias de acción del sector salud*. https://hjunin.ms.gba.gov.ar/files/residencias/bibliografiacomun/modelo_hegemónico.pdf
- Montañés, M., Bartolomé, R., Montañés, J., & Parra, M. (2008). Influencia del Contexto Familiar en las Conductas Adolescentes. *Ensayo*, (17), 391-407. <https://www.studocu.com/co/document/universidad-tecnologica-de-bolivar/introduccion-a-la-ciencia-politica/dialnet-influencia-del-contexto-familiar-en-las-conductas-adolesc-3003557/50352034>
- Observatorio Mexicano de Salud Mental y Adicciones. (2024) *Desafíos y Esperanzas: Abordando la Salud Mental y las Adicciones en la Actualidad*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/923815/INFORME_PAxS_2024.pdf
- Organización Mundial de la Salud, (2024). *La OMS mantiene su firme compromiso con los principios establecidos en el preámbulo de la Constitución*. <https://www.who.int/es/about/accountability/governance/constitution>
- Organización Panamericana de la Salud. (2013). *Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud*. <https://www3.paho.org/hq/dmdocuments/2013/Carta-de-ottawa-para-la-apromocion-de-la-salud-1986-SP.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). *Abuso de sustancias*. <https://www.paho.org/es/temas/abuso-sustancias>
- Orozco-Solis, M. G., Colunga-Rodríguez, C. C., Vázquez-Colunga, J. C., Vázquez-Juárez, C. L., Ángel-González, M., Lindstrom, S., & Bradshaw, C. P. (2016, 11

- de noviembre). Characterization of School Climate Perception in Mexican Middle School Students. *Scientific Research Publishing*, (7), 1562-1574. https://www.scirp.org/pdf/PSYCH_2016111116144772.pdf
- Pérez, M., & Salmerón, M. (2022, junio). El entorno y la influencia en la adolescencia: familia, amigos, escuela, universidad y medios de comunicación. *Pediatría integral*, XXVI(4), 214-221. https://www.pediatriaintegral.es//wp-content/uploads/2022/xxvi04/02/n4-214-221_MariaPerez.pdf
- Pichardo-Pimentel, N. G. (2022). Factores de riesgo y protección en la adolescencia en relación a las drogas. *Con-Ciencia Boletín Científico de la Escuela Preparatoria No. 3, 9(18), 62-65*. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/prepa3/article/view/9470/9186>
- Queijeiro, I. (2020, 30 de abril). *Tabaco y cerebro*. UTACA. https://adiccioneslegales.utaca.org/index.php?V_dir=MSC&V_mod=shownews&V_idmod=122&newlang=spanish&pag=2
- Rivera, B., & Guerrero. (s.f.). *Relaciones Interpersonales en la Adolescencia, Desarrollo Interpersonal del Adolescente*. <https://sitios1.dif.gob.mx/cenddif/wp-content/uploads/2015/08/38.-Relaciones-interpersonales-en-la-adolescencia.pdf>
- Robles, N., & Díaz, A. (2023, 26 de junio). *Observatorio mexicano de salud mental y consumo de drogas*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/835202/Hoja_de_datos_consumo_de_sustancias_2022.pdf
- Romagnoli, C., Kuzmanic, V., & Caris, L. (2015). La familia y su rol en la prevención de conductas de riesgo: factores protectores. *Valores UC*. (2). Ficha VALORAS actualizada de la 1ª Edición. 1-6. <https://valoras.uc.cl/images/centro->

recursos/familias/ValoresEticaYDesarrolloSocioemocional/Fichas/La-familia-y-su-rol-en-factores-de-riesgo.pdf

Rubio, A. M. (2021, 24 de agosto). *La etapa de la adolescencia*. Sociedad Española de Pediatría Extra hospitalaria y atención primaria. <https://sepeap.org/la-etapa-de-la-adolescencia/>

Salin-Pascual, R. (2015). *Neuro bioquímica y psicofarmacología las enfermedades psiquiátricas. Asociación mexicana psiquiátrica*. Edición Kindle

Sánchez, N. (2023,13 de octubre). Cerca de 46% de jóvenes mexicanos consume sustancias prohibidas. <https://boletines.uam.mx/archivos/494-23/>

Secretaría de Educación Pública. (s.f.). *Documento Base del Programa Nacional de Convivencia Escolar Para Autonomía Curricular Ciclo 2018-2019*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/333283/DOCUMENTO_BASE_DEL_PROGRAMA_NACIONAL_DE_CONVIVENCIA_ESCOLAR_PARA_AUTONOMIA_CURRICULAR_2018_2019.pdf

Secretaría de Salud. (2022). *Modelo de recursos para la planeación de Unidades Médicas de la Secretaría de Salud Unidades de Especialidades en Salud Mental*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/733123/UNEME_CECOSAMA_DGPLADES__final_06-22.pdf

Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes. (2021,29 de noviembre). *La crianza positiva es la vía para des normalizar la violencia como método disciplinario*. <https://www.gob.mx/sipinna/es/articulos/la-crianza-positiva-es-la-via-para-desnormalizar-la-violencia-como-metodo-disciplinario?idiom=es>

Valdés, A. (2015, enero). *Erick Erikson: Las ocho edades del hombre*. https://www.researchgate.net/publication/327219624_Erick_Erikson_Las_och_o_edades_del_hombre

Vásquez, C. (2015, 12 de abril). *Predicción y Prevención de la Delincuencia Juvenil Según las Teorías del Desarrollo Social (SOCIAL DEVELOPMENT THEORIES)*. <https://adolescenciaantisocial.blogspot.com/2015/04/prediccion-y-prevencion-de-la.html>

Velasco, R., (1997). *Las Adicciones. Manual para maestros y padres*. México, Trillas.

ANEXO

Tabla 1.

Factores que influyen en la enfermedad.

Predisponentes
Vulnerabilidad biológica
Características de personalidad
Primeras experiencias
Respuestas al estrés
Influencias socioculturales
Precipitantes
Acontecimientos estresantes
Estímulos que provocan respuesta emocional displacentera
Perpetuadores
Estresores permanentes
Elementos temperamentales ligados a la ansiedad
Reforzadores
Influencias familiares
Protectores
Atributos temperamentales de adaptabilidad
Adecuada relación intrafamiliar
Red de hermanos
Soporte comunitario positivo

Nota. En esta tabla se podrá observar cuales son los distintos factores tanto biológicos como sociales que influyen en el proceso de salud enfermedad tanto