

**La lúdica como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en
adolescentes de trece a diecisiete años de edad del Colegio Cundinamarca I.E.D.**

Localidad de Ciudad Bolívar.

Trabajo de grado presentado para optar el título de especialista en Pedagogía de la

Lúdica,

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales,

Fundación Universitaria los Libertadores

Director

NELSON ENRIQUE FLOREZ HUERTAS

JOSUÉ HERNÁNDEZ MENDOZA

Diciembre 2019

Resumen

El proyecto de intervención disciplinar PID, *La lúdica como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en adolescentes de trece a diecisiete años de edad del Colegio Cundinamarca I.E.D. De la ciudad de Bogotá. Localidad diecinueve de Ciudad Bolívar*. Surge de la problemática que atrapa cada día más jóvenes en la adicción de sustancias psicoactivas en especial la población escolar, tomado este aspecto se resalta la importancia de la lúdica en espacios pedagógicos, artísticos, culturales recreativos y deportivos con el fin de potenciar las habilidades de los estudiantes y logrando un cambio positivo de sus realidades.

Mencionando la problemática que afecta a varios contextos de nuestra sociedad se planteó la estrategia “La Lúdica como medio de acción” a una determinada población escolar del colegio Cundinamarca I.E.D, esta estrategia se dividió en cuatro pasos, como los son: talleres donde se involucre familia y estudiantes, tiempo libre y sus actividades, tiempo libre en la institución educativa y fuera de la misma, generando por medio de la lúdica actividades enfocadas a la prevención de sustancias psicoactivas. Con el fin de identificar las necesidades de los estudiantes se realizó una encuesta que permitió recolectar información valiosa para la propuesta de intervención.

Palabras claves: Lúdica, prevención, sustancias psicoactivas, tiempo libre, participación, adolescentes.

Abstract

The PID disciplinary intervention project, *Play as a means of preventing the use of psychoactive substances, in adolescents between thirteen to seventeen years of age at Cundinamarca I.E.D. School in the city of Bogotá. nineteenth Town of Ciudad Bolívar*. It emerges from the problems that trap younger and younger in the addiction of psychoactive substances, especially the school population, taking this aspect highlights the importance of play in pedagogical spaces, artistic, cultural, recreational and sporting activities in order to enhance the skills of students achieving positive change in their realities.

Mentioning the problems affecting various contexts of our society, the strategy " Play as means of action" a certain school population of Cundinamarca I.E.D, this strategy was divided into four steps, such as: workshops where family and students are involved, leisure time and activities, free time in the educational institution and outside it, generating through play activities focused on the prevention of psychoactive substances. In order to identify the needs of the students, a survey was carried out that made it possible to gather valuable information for the proposed intervention.

Keywords: Play, prevention, psychoactive substances, free time, recreation, participation, adolescents.

La lúdica como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en adolescentes de trece a diecisiete años de edad del Colegio Cundinamarca I.E.D. Localidad de Ciudad Bolívar.

El proyecto de intervención disciplinar PID, surge de la observación de una de tantas problemáticas que se presentan a diario en el contexto escolar colombiano tales como desempleo, conflicto armado interno, desplazados por la violencia, la llegada de extranjeros, los altos niveles de pobreza, el consumo de sustancias psicoactivas y que por ende afecta la población educativa, la mayoría de estas problemáticas las menciona *Muñoz González, Germán. (2003)*, en su artículo: *“Temas y problemas de los jóvenes colombianos al comenzar el siglo XXI”. (Violencia, pobreza, carencias educativas, desempleo y exclusión)*. En Colombia la pobreza ha sido un factor de deterioro social y falta de oportunidades, este hecho importante que atañe a todos los colombianos y a diferentes personas e instituciones a nivel mundial, ha sido por décadas fuente de grandes desigualdades, que reflejan el desarrollo y crecimiento de la pobreza en todo el mundo, este factor ha llevado a diferentes organismos tanto en el sector público como el privado a organizarse para trabajar en un mismo sentido, con el fin de alivianar las condiciones de vulnerabilidad en que se encuentran muchas familias e individuos hoy en el país. Por lo tanto, instituciones Gubernamentales y no Gubernamentales se han vinculado o creado en pro del mejoramiento de la calidad de vida de personas en estado de vulnerabilidad, personas que por diferentes situaciones se encuentran ausentes de sus derechos fundamentales. En nuestra ciudad Bogotá la capital, tendríamos una extensa variedad de información, sin contar los miles de lugares que aportarían a la

investigación y más en el camino de la docencia, es por eso que se toma la localidad de Ciudad Bolívar y en especial un tema que ataca a nuestros jóvenes constantemente, un tema delicado como lo es; el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes.

Desde el Plan de desarrollo de Ciudad Bolívar 2017-2020, “Ciudad Bolívar una localidad para la convivencia, con oportunidades y mejor para todos”, se busca generar desarrollo humano, haciendo especial énfasis en la niñez y adolescencia, donde se brinden garantías a los derechos de las personas y permitiendo eliminar toda segregación social, es importante fortalecer e incentivar la participación para lograr personas productoras y transformadoras de su propia realidad, en sí, sujetos activos capaces de mejorar su calidad de vida. Características que se evidencian en el artículo 11 del plan de desarrollo local. Ciudad Bolívar: *“Artículo 11. Programa: Mejores oportunidades para el desarrollo a través de la cultura, la recreación y el deporte” (Junta administradora local de Ciudad Bolívar.2016).*

Por lo anterior, lo que se pretende con el presente proyecto de intervención disciplinar es resaltar la importancia de La lúdica como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en adolescentes de trece a diecisiete años del Colegio Cundinamarca I.E.D. Esta institución educativa se encuentra ubicada en la localidad de Ciudad Bolívar la número 19 de Bogotá, la tercera localidad más extensa después de las localidades de Sumapaz y Usme, en su mayoría gente de estratos socioeconómico 1, 2 y 3, en su ficha local se menciona que la mayoría de las personas se encuentran con altos índices de pobreza y pobreza extrema por

ingresos, se encuentran índices altos de hurtos y en el año 2015 fue la localidad con mayor número de casos de homicidios en Bogotá, *“información de la ficha local Ciudad Bolívar, Secretaría de cultura, recreación y deporte (2016)”*. Podemos continuar con la recolección de información, pero no solo se trata de enmarcarla en un escenario negativo, una localidad que ha sido tan golpeada y enmarcada en la violencia y la falta de oportunidades, requiere de acciones encaminadas en involucrar su población en beneficio y mejoramiento de su bienestar.

En virtud de lo anterior, como estrategia se requiere generar procesos de aprovechamiento del tiempo libre, a través de una serie de actividades que les permitan el desarrollo a nivel biopsicosocial, es decir, acciones de desarrollo personal, acondicionamiento físico, e intercambio social y cultural; permitiendo a las adolescentes encontrar espacios que les posibiliten esparcimiento, desarrollo integral, fortalecimiento de redes sociales y bienestar en general, que permitan que adolescentes reconozcan sus habilidades, las potencialicen y se empoderen de su realidad, razón por la cual el presente proyecto de intervención disciplinar contribuye con las estrategias del Plan de desarrollo local, que señala en su artículo 11: *“(…) busca ampliar las oportunidades y desarrollar capacidades de los ciudadanos, mediante programas culturales, eventos y actividades artísticas y culturales, procesos de formación deportiva y cultural, y del fomento del buen uso del tiempo libre y la actividad física. (...)”*. (Junta administradora local de Ciudad Bolívar.2016).

Bienestar que se puede alcanzar si cada individuo de esta localidad se reconoce como actor participe y se empodera de su situación a través de su participación, propone, discute y reflexiona acerca de su realidad, por lo tanto es que el presente proyecto de intervención disciplinar se articula con lo señalado en el artículo 11, del plan de desarrollo local que busca ampliar las oportunidades y desarrollo de los ciudadanos, en efecto el tener una mirada más detallada, ideas y conceptos del problema desde el sentir y significado que los propios adolescentes tienen de su entorno, permitirá abordar de una manera articulada la situación del colegio Cundinamarca I.E.D, frente al tema de consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes, especialmente en los que comprenden edades de trece a diecisiete años de edad.

Adicional, es importante tener en cuenta que el aprovechamiento del tiempo libre es un mecanismo que permite a través de su explotación reconocer habilidades, tener una buena salud mental y un desarrollo adecuado de la personalidad, la Ley 115 de Febrero 8 de 1994, por la cual se expide la ley General de Educación, establece como uno de los fines de la educación *“la educación para el tiempo libre”*. Es a través del juego donde el niño toma contacto con el mundo exterior y sobre todo adquiere experiencia necesaria para enfrentarse a los demás y a las cosas. De ahí, la importancia del presente proyecto de intervención disciplinar y de La lúdica como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en los adolescentes de trece a diecisiete años del Colegio Cundinamarca I.E.D, en tal sentido será posible lograr adolescentes más felices y sujetos activos en la sociedad.

De lo anterior, es importante indicar que el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes constituye en la actualidad un problema de salud pública debido al elevado consumo de las mismas, según revela el Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas en Población Escolar – Colombia 2016, en su apartado Sustancias Ilícitas o de Uso Indebido: “(...)el 15,9% de los escolares de Colombia declararon haber usado al menos una de estas sustancias alguna vez en la vida, es decir aproximadamente 1 de cada 6 escolares, lo que representa un universo aproximado de 520 mil escolares, con un 16,9% entre los hombres y 15,1% entre las mujeres (...); razón por la cual el Ministerio de Salud y Protección Social señala que es necesario movilizar acciones inmediatas para frenar esta problemática, teniendo en cuenta las consecuencias físicas, psicológicas y sociales para la vida actual y futura del joven, adicionalmente es importante señalar que una vez se ha iniciado el consumo de sustancias psicoactivas en especial las drogas, el proceso de rehabilitación es bastante complejo , comprobándose que el índice de recaídas es muy alto, sin contar las problemáticas que se presentan al interior del núcleo familiar.

Es así como el presente proyecto de intervención disciplinar surge del interés de proponer espacios lúdicos como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en adolescentes de trece a diecisiete años de edad del Colegio Cundinamarca I.E.D. Con el fin de aportarle al mejoramiento de su calidad de vida, así mismo lograr adolescentes corresponsables, participativos y transformadores de su propia realidad, en si jóvenes más felices y con un proyecto de vida viable. Respondiendo a la pregunta *¿Cómo generar de*

manera lúdica procesos de aprovechamiento del tiempo libre en nuestros jóvenes para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas?

Con el fin de alcanzar el objetivo general: *Proponer espacios lúdicos como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en adolescentes de trece a diecisiete años de edad del Colegio Cundinamarca I.E.D*, se plantearon dos objetivos específicos, *identificar y potenciar las habilidades e intereses de los y las adolescentes, mediante mecanismos productivos y de redes de apoyo social y familiar que propendan por el mejoramiento de la calidad de vida*, aquí es indispensable resaltar que cada persona es única como la huella digital, con formas y maneras de pensar distintas, quienes están inmersos en realidades sociales y familiares diversas: “(...)Los seres humanos expresan su individualidad de maneras diferentes, de la misma forma aprecian la realidad y responden a las demandas del ambiente (...)”, (Sánchez, 2016, *Procesos de Aprendizaje*).

De ahí la importancia de entender que cada adolescente se encuentra en un contexto distinto, en núcleos familiares con dificultades de todo tipo, económicos, separación de padres y algunos de ellos con problemas de alcoholismo entre otros factores, cada ser humano tiene una percepción del mundo diferente, por lo que la problemática del consumo de sustancias psicoactivas debe ser abordado desde la diferencia y entendiendo que cada estudiante es protagonista de su propio cambio, adicional la prevención requiere de un trabajo mancomunado de actores que aporten al objetivo: la escuela, la familia, lo social, la comunidad, entre otros.

Así mismo, es fundamental para alcanzar el objetivo principal el *promover espacios de aprovechamiento de tiempo libre a nivel productivo, lúdico, recreativo, pedagógico y deportivo*, mediante talleres práctico teóricos que contribuyan a potenciar las habilidades de los y las estudiantes sumergidos en esta problemática del consumo de sustancias psicoactivas. Teniendo en cuenta lo anterior cabe resaltar, que el consumo es más probable que se presente cuando el adolescente no tiene estrategias suficientes para manejar una situación determinada, de ahí la importancia de este proyecto de intervención disciplinar ya que permitirá a los adolescentes tener herramientas a través del aprovechamiento del tiempo libre para asumir estados emocionales negativos, estados físicos o fisiológicos negativos, potenciar estados emocionales positivos; aumentando sentimientos de placer, alegría, libertad, poner a prueba el control personal, enfrentarse a conflictos interpersonales, incluida la presión social, reconocer capacidades y potencializarlas etc.

En definitiva, el presente proyecto de intervención disciplinar no sólo le apunta a la Política Pública de prevención y atención del consumo de sustancias Psicoactivas en Bogotá, al Plan nacional de Reducción del Consumo de Drogas, sino que proporciona un interesante cuerpo de información que puede ser replicada en otras instituciones con el objetivo común de contar con adolescentes libres, autónomos y gestores del cambio en la sociedad contribuyendo de esta manera a una de las metas del Plan Nacional: alejar a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de los riesgos de las adicciones.

Para el presente proyecto de intervención disciplinar se realizó una búsqueda de diversas investigaciones que aportaron al objeto de estudio aquí analizado, en este sentido, se tomaron como antecedentes dos investigaciones del Academicus Repositorio de la Fundación Universitaria Los libertadores, que abordaron dos temas que son eje trasversal en la presente investigación: consumo de sustancias psicoactivas y la estrategia del tiempo libre como prevención. La primera investigación a mencionar, *“prevengamos el uso y abuso del consumo de sustancias psicoactivas de manera lúdica”* (Carabalí, Cortés & Zapata 2015). Evidencia que el consumo de Sustancias Psicoactivas es una problemática que afecta a toda la sociedad y que lastimosamente se ha incrementado de manera significativa en la población adolescente quienes están expuestos a diversos factores de riesgo, que deben ser contemplados por tres fuentes principales de apoyo: familia, educadores y el propio adolescente, con el fin de prevenir el consumo o recaídas a través de la promoción de factores de protección. En este orden de ideas dicha investigación muestra la importancia de trabajar con población adolescente quien está inmersa en un contexto que se encuentra en continuo cambio y así mismo resalta la importancia que cada joven sea el agente protagónico en la transformación de una realidad que cada día se involucra más en el consumo de sustancias psicoactivas, de igual forma la investigación le apunta a la prevención y reafirma la importancia de involucrar a redes de apoyo que contribuyan a la problemática, información que se abordara en el presente proyecto de intervención disciplinar.

La siguiente investigación denominada: *“Estrategias para la prevención del bullying o matoneo a través del aprovechamiento del tiempo libre en estudiantes de grado sexto jornada mañana, de la institución educativa Rafael Navia Varón”* (Gómez, Teresa & Victoria 2015). En esta investigación no se mencionan temas relacionados con el consumo de sustancias psicoactivas, pero resaltan la importancia del tiempo libre como estrategia para prevenir una situación negativa, es en el contexto del tiempo libre donde el individuo se aleja de situaciones de riesgo, aprehende hábitos saludables, promueven y/o reconocen habilidades que les permite empoderarse y ser agentes transformadores. Con base a lo anterior podemos resaltar la importancia de proyectos que apunten a la estrategia del aprovechamiento del tiempo libre como eje dinamizador y multiplicador de factores de protección con el fin prevenir en este caso, el consumo de sustancias psicoactivas, resaltando como se ha mencionado la participación del individuo como eje transformador de una realidad en continua transformación.

Teniendo en cuenta los antecedentes anteriormente expuestos se procederá a realizar el marco teórico, en el cual se abordarán los temas ejes sobre los que se fundamentará el presente proyecto de intervención disciplinar: Sustancias Psicoactivas, Factores de Riesgo y aprovechamiento de tiempo libre como posible solución a una problemática.

Para abordar la problemática del consumo de sustancias psicoactivas es indispensable definir dicho término, en este sentido el ABECÉ de la Prevención y atención al consumo de

Sustancias Psicoactivas en su ítem *¿Qué son las drogas, sustancias psicotrópicas, sustancias psicoactivas o SPA?* define: “(...)Es toda sustancia que introducida en el organismo por cualquier vía de administración (ingerida, fumada, inhalada, inyectada...) produce una alteración del funcionamiento del sistema nervioso central del individuo, la cual modifica la conciencia, el estado de ánimo o los procesos de pensamiento. (...)” (Ministerio de Salud y Protección Social. Prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA) 2016).

Al respecto el consumo de sustancias psicoactivas como se expone implica un sinnúmero de problemáticas a nivel social, emocional y físico, lo que indiscutiblemente es un riesgo individual, local y nacional y más si se tiene en cuenta que es un problema que cada día se incrementa en la población juvenil y en especial en sectores marcados por desigualdad, falta de oportunidades y condiciones de pobreza, es así como el presente proyecto de intervención disciplinar (PID) tiene como objetivo resaltar la importancia de *La lúdica como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en adolescentes de trece a diecisiete años de edad del Colegio Cundinamarca I.E.D*, reconociendo las diferentes problemáticas expuestas anteriormente es preciso detallar de manera breve el tipo de sustancias que existen y el daño que generan en el consumidor, se cita dicha información con fin informativo.

Entre las sustancias psicoactivas que más se consumen en Colombia se encuentran: alcohol y tabaco, marihuana, cocaína, LSD, drogas sintéticas, drogas emergentes, es muy

evidente que todas hacen presencia en muchos ámbitos, es fácil con el solo hecho de consultar si la mayoría de colombianos mayores de edad e inclusive menores han consumido alcohol, como dato al consumo de sustancias psicoactivas. Portafolio indica que según el observatorio de drogas en Colombia el grupo de edad de mayor consumo es de 18 a 24 años y el segundo es de 12 a 17 años, este último grupo fortalece el punto de partida del presente Proyecto (PID), ya que en ese rango de edad se encuentra nuestra población escolar y en especial la del Colegio Cundinamarca I.E.D.

En nuestros jóvenes como este problema de salud pública atrapa cada día más víctimas, este tipo de drogas cada una con características específicas van desde ser ingeridas hasta inhaladas fumadas e inyectadas entre otras, sin mencionar el tipo de efectos que causan en el organismo, y en el caso más crítico causar la muerte o daños irreversibles en el funcionamiento del cuerpo humano, es un problema tan poderoso que no discrimina ninguna condición social, y de ahí la importancia de este proyecto de intervención disciplinar el cual se fundamenta en *La lúdica como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en los adolescentes de trece a diecisiete años de edad del Colegio Cundinamarca I.E.D.* Ubicado en la localidad de Ciudad Bolívar

Una vez abordado de manera general el tipo de sustancias psicoactivas a las que tienen acceso la población objeto de estudio, se resalta nuevamente la importancia de generar procesos de aprovechamiento del tiempo libre por medio de actividades lúdicas que permitan

prevenir el consumo de las mismas ya que como se evidencia existen una gran variedad de sustancias en el mundo ilícito de estas, lo que implica un contexto y una realidad más vulnerable ante el consumo. En este orden de ideas, resulta prioritario conocer que factores inciden en el consumo y que factores pueden prevenir el mismo, *desde el capítulo uno: factores de riesgo y los factores de protección el Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas*, nos indica sobre factores de riesgo y factores protectores, ambos incluyen atributos de tipo individual, social o familiar, pero de carácter positivo o negativo. Factores de riesgo que logran incidir en el consumo de sustancias en nuestros jóvenes son: agresividad, depresión, estrés, condiciones de pobreza, falta de oportunidades, amistades o círculos sociales negativos, deserción escolar, desatención por parte de padres. Factores de protección o que pueden prevenir el consumo de sustancias psicoactivas: autocuidado, autoestima, confianza, motivación, autonomía personal (de tipo individual), amigos, círculos sociales, colegio, participación, aprovechamiento del tiempo libre entre otros (tipo social), vínculos fuertes de dialogo, confianza, respeto, apoyo, entre otros (de tipo familiar). (*Instituto Nacional sobre el abuso de Drogas. 2004*).

Al analizar la información anterior, se evidencia una característica que es importante resaltar, ya que puede ser un factor de riesgo o protección en el aspecto individual, social y familiar, y es; la participación, la cual puede entenderse como el medio por el cual las personas intervienen y hacen parte de un proceso que les permita ser sujetos activos dentro de una sociedad para mejorar o transformar una situación que limita su desarrollo no solo a nivel individual sino también grupal y comunitario, la participación debe ser vista como ese

mecanismo mediante el cual los sujetos reflexionan de la importancia de su accionar en un contexto determinado, llámese ámbito familiar, laboral, educativo, y se movilizan para transformar sus realidad.

En este sentido tomando como referencia el concepto desarrollado por Carles Alsinet en su texto: *“el Tiempo libre como instrumento de participación social”* se entiende la participación como: *“La participación se fundamenta en la motivación que tienen los niños por la actividad que debe desarrollarse y en la capacidad de sentirse escuchados a la hora de llevar a cabo dicha actividad.”*. Una vez abordado de manera general el concepto de participación articularemos dicha información con la importancia de generar procesos de aprovechamiento del tiempo libre como estrategia de prevención.

Por lo tanto, retomaremos el siguiente concepto sobre tiempo libre: *“(…) Es aquel que no ocupamos en labores, tareas, trabajos y responsabilidades que se nos han impuesto (...) por lo general el objetivo de este tiempo es que sea utilizado en descansar, divertirse y desarrollarse en un ambiente diferente (...)”* (Instituto Colombiano de Bienestar.2014). Dicho espacio debe ser aprovechado en actividades lúdicas que promuevan la creatividad y que permitan reencontrarse consigo mismo y con el otro, en este sentido es posible señalar que el tiempo libre promueve el desarrollo social ya que en estos espacios se promueve la participación, cambios de actitudes, se conocen y potencializan habilidades, se ejecutan actividades que extraen al sujeto de la rutina y lo motivan a vivir en mejores condiciones

físicas y mentales, sustrayéndolo de contextos que por diversas situaciones pueden tornarse complejos.

Lo anterior, presupone la existencia de condiciones que permita la realización de dichas actividades en el que se involucre individuo, familia y comunidad, con el fin de propender por una mejor calidad de vida: “(...) *La calidad de la vida y la creación de un estilo de vida en la población, presuponen una relación dialéctica entre la utilización adecuada del tiempo libre y la salud mental y física de cada persona (...)*” (Pérez Aldo, 2002. *tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual*).

Por ello es importante resaltar que el tiempo libre debe ser aprovechado en espacios y/o actividades adecuadas que fortalezcan la salud física y mental, no basta solo con tener el tiempo libre, es de suma importancia reflexionar acerca de la significación que posee.

Aldo (2002) afirma: “*libre para*”. *Tiempo libre para crear, elegir, promover, participar, jugar*. En este punto vale la pena puntualizar sobre el Juego como una actividad que aparte de ser divertida propicia el desarrollo de capacidades y las relaciones intra e interpersonales. En esta medida el tiempo libre es una estrategia que bien aprovechada significa en si disfrutar.

El presente proyecto de intervención disciplinar (PID) enfocado en *La lúdica como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en adolescentes de trece a diecisiete años de edad del Colegio Cundinamarca I.E.D*, de la ciudad de Bogotá. Se enmarca en una problemática de nuestra realidad social y en especial de nuestra juventud, observando esta realidad como investigador del presente proyecto (PID), es importante mencionar que se fundamenta bajo la investigación cualitativa. Desde la especialización en pedagogía de la lúdica por medio de la plataforma virtual, nos aportan en la unidad dos sobre *la investigación y la innovación pedagógica y tecnológica* la siguiente afirmación sobre la investigación cualitativa la cual permite: “*indagar situaciones de vida y a sus protagonistas y que a luz de las apreciaciones teóricas se pueda recrear una salida al problema establecido, y que a su vez estas acciones repercutan en el contexto.*”

La investigación cualitativa se compone de datos descriptivos y características de la población o fenómeno de estudio. Como docente y en este caso investigador, se observan varias problemáticas que involucran a la juventud en la actualidad, un fenómeno que afecta no solo lo social si no lo educativo es el consumo de sustancias psicoactivas, se considera importante el concepto de Elssy Bonilla y Penélope Rodríguez en su libro “Más allá del dilema de los métodos”. “*(...) la principal característica de la investigación cualitativa es su interés por captar la realidad social (...)*”.

Las seis líneas de investigación de la Fundación Universitaria Los Libertadores, las cuales son: - Hipermedia y Creación, - Globalización y Desarrollo Sostenible (GDS), - Desarrollo Humano Integrador en el Contexto Social Colombiano, - Innovación y Emprendimiento, - Sistemas Complejos y Aplicaciones Tecnológicas de Impacto Social, Evaluación. Aprendizaje y Docencia.

La relación con la línea de investigación y el PID, es Desarrollo Humano Integrador en el Contexto Social Colombiano, entre sus características se encuentran creación de entornos seguros donde se desenvuelvan la vida humana y la participación activa de los ciudadanos, comprende otro factor importante de soluciones frente a situaciones de deterioro de capacidades humanas (ámbitos, jurídico, político, educativo, cultural y de salud física y mental), analiza los entornos donde se desenvuelve la vida humana, identificando los factores de riesgo.

La investigación está compuesta por los estudiantes de los grados octavo, noveno, decimo y undécimo, ubicados en la localidad diecinueve Ciudad Bolívar, zona sur de la ciudad de Bogotá, de la institución educativa distrital, Colegio Cundinamarca IED. La institución educativa se encuentra en el barrio el Perdomo. Dirección Calle 60 A Sur No. 73 – 41. Resolución oficial No 153 de enero 24 de 2008. Cuenta con las jornadas de: mañana, tarde, única. Es una institución acreditada como bilingüe, calendario A, se compone de grados preescolar, básica primaria, básica secundaria, media. Institución que atiende poblaciones de

inclusión o en estado de vulnerabilidad (auditiva, cognitiva, múltiple, motora, visual). La población del presente proyecto de intervención disciplinar pertenecen a los estratos 1,2 y 3.

La población a la que se aplicara el instrumento de recolección de información serán los estudiantes del Colegio Cundinamarca I.E.D, que se encuentren en un rango de trece a diecisiete años de edad, se tomaran un aproximado de veinte estudiantes por cada grado para la realización de la encuesta. Previo a la realización de la encuesta se realizará una recolección de información en el área de orientación de la respectiva Institución educativa, esta recibe todos los casos de posibles consumidores de sustancias psicoactivas, de esta manera logramos investigar los índices posibles de estudiantes relacionados con esta problemática.

Las técnicas e instrumentos para la recopilación de información se realizarán en dos momentos, una inicial es la recopilación de información en el área de orientación y un segundo momento es la puesta en marcha de la encuesta, la cual contienen una serie de preguntas que tienen por objetivo obtener información sobre el consumo y la prevención de sustancias psicoactivas en estas edades. (Ver anexo)

Las fases del presente proyecto se realizaron inicialmente por la observación del contexto escolar, y la problemática de la drogadicción en nuestra juventud, a causa de esta y

con la guía de los docentes de la especialización en pedagogía de la lúdica se conforma el marco teórico, luego se organiza la ruta metodología o línea de investigación por la cual se dirige el proyecto de intervención disciplinar, en esta se describe el tipo de investigación el enfoque e instrumentos y se organizara la propuesta de intervención, se obtendrán los resultados y conclusiones que darán respuesta a los objetivos planteados y a una investigación que aportara al cambio de nuestra juventud.

Estrategia: La lúdica como medio de acción

La estrategia denominada la lúdica como medio de acción surge como parte del ejercicio de indagación y concertación con los y las estudiantes de trece a diecisiete años de edad del colegio Cundinamarca I.E.D, de la localidad 19 de Ciudad Bolívar, donde la estrategia tiene como objetivo principal *Proponer espacios lúdicos como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en adolescentes de trece a diecisiete años de edad del Colegio Cundinamarca I.E.D*, y de esta manera generar procesos de aprovechamiento del tiempo libre (actividades recreativas – los lenguajes de la lúdica).

Figura 1. Ruta de intervención



Fuente: Propia, 2019

Esta ruta de intervención comprende unas fases o pasos a seguir los cuales son: paso uno la sensibilización con padres y estudiantes sobre la problemática del consumo en nuestros jóvenes, paso dos socialización de la importancia del tiempo libre y las diferentes actividades como estrategia a la problemática expuesta, paso tres actividades dentro de la institución educativa, paso cuatro actividades fuera de la institución educativa enfocadas al aprovechamiento del tiempo libre como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.

Plan de acción: La lúdica como medio de acción – Promover espacios de aprovechamiento del tiempo libre.

PID. La lúdica como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas, en adolescentes de trece a los diecisiete años de edad del colegio Cundinamarca. I.E.D. Localidad de Ciudad Bolívar.			
Responsable: Josué Hernández Mendoza			
Beneficiarios: adolescentes de trece a los diecisiete años de edad del colegio Cundinamarca. I.E.D. Grados Noveno, decimo y once, jornada tarde.			
Objetivo: proponer espacios lúdicos como medio de prevención y el aprovechamiento de tiempo libre a nivel productivo, recreativo, pedagógico y deportivo, mediante talleres práctico teóricos que contribuyan a potenciar las habilidades de los y las estudiantes.			
Campo temático: Educación física recreación y deportes – Aprovechamiento tiempo libre.			
Actividad	Metodología /proceso/ descripción o desarrollo	Recursos/ tiempos	Evaluación
Talleres padres de familia y estudiantes. Donde se menciones la problemática consecuencias y tiempo libre como opción de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.	Con apoyo del área de orientación al iniciar año escolar o en entregas de informes de periodo, se dispone de tres momentos para lograr enfocar actividades con los padres y estudiantes de grados: noveno, decimo y once, donde se indique la problemática consecuencias negativas y la importancia del aprovechamiento del tiempo libre como medio de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.	Salón audiovisuales con disponibilidad de ayudas visuales y sonido, tiempo por grados de máximo 40 minutos (tres momentos) distribuidos durante jornada de entrega de informes	Nivel de asistencia de padres e hijos al taller de prevención de sustancias psicoactivas en adolescentes por
	Las actividades deportivas están enfocadas en deportes no convencionales o no comunes para llamar la atención e incentivar la participación de los adolescentes	Los recursos serán material deportivo, en dado caso se gestionará material adaptado con docente	

Actividades deportivas.	de trece a diecisiete años. Ultimate (frisbee), el Tchoukball, El goalball entre otros, este tipo de deportes serán adaptados en los descansos escolares, se trabajará días de publicidad e información del juego y se definen las fechas de aplicación. Según interés de estudiantes queda en estudio dos deportes convencionales como segunda opción (Fútbol sala y voleibol).	responsable, Josué Hernández y estudiantes interesados en participar (cuerdas, balones). Tiempo destinado para actividades descanso y en ocasiones horas libres donde se asignará tareas o responsabilidades a estudiantes.	La evaluación consiste en el nivel de participación de los adolescentes (13 a 17 años) y el impacto sobre la ocupación del tiempo libre con relación a la prevención de sustancias psicoactivas. Se realizará por medio de encuestas o sondeos, en estudiantes y los padres de familia cuando se presentan entregas de informes de periodo. Se les consultara por el comportamiento de sus hijos con la aplicación de las actividades de tiempo libre, otros actores a consultar los docentes.
Actividades culturales y artísticas.	Festival de danza, competencia por participación de grupos donde inicialmente se inscriban a dos categorías, Categoría urbana y Tradición popular, se solicitará apoyo para realizar ensayos de grupos participantes en las clases de danza y educación física, si no es posible realizar las presentaciones entre semana (no afectar otras asignaturas) se gestionara permiso con directivas para realizar evento día sábado. Promocionando la participación de estudiantes con asistencia de padres de familia.	Los recursos: sonido disponible para ensayos, grabadora por parte del docente y los estudiantes interesados en participar por medio de parlantes portátiles. Tiempo destinado para actividades descanso y propuesta a las directivas para lograr un espacio fijo (salón) para asignar por horas ensayos en horas libres. en ocasiones horas.	

Fuente: Propia, 2019

Conclusiones y recomendaciones

Esta problemática que no solo afecta a la población mencionada en el presente PID, sino a nivel nacional e incluso mundial, exige actividades que llamen la atención y el interés de nuestra juventud, actividades que atrapen de manera recreativa y aporten a sus vidas, que involucren juego, ocio y diversión entre otros, son un posible camino al problema de consumo de sustancias psicoactivas.

Es tal el punto del consumo de sustancias psicoactivas en nuestra sociedad que tenemos debates políticos y choques de decisiones, como lo son el consumo y porte de algunas de estas sustancias en espacios abiertos, y son tan altos los índices de jóvenes inmersos en esta problemática que ya se constituye un problema de salud pública, esta información se menciona en el presente PID, Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas en población Escolar Colombia-2016. Mencionando que se deben tomar acciones para frenar o disminuir en lo posible esta problemática.

Es preciso involucrar en esta problemática actores que aporten desde el ámbito familiar, educativo, social, contexto y comunidad entre otros, promoviendo espacios de aprovechamiento de tiempo libre en beneficio de lo productivo, lo lúdico, recreativo, deportivo y cultural. El presente proyecto de intervención disciplinar (PID) desarrollado bajo el enfoque investigación-acción participativa de tipo cualitativo, y por medio del instrumento de encuesta recopiló información que afirma lo mencionado en el anterior párrafo, sobre la importancia de espacios que aporten a la juventud y sea el posible camino para la prevención del consumo de sustancia psicoactivas.

Dentro de la información recolectada tenemos que: el 100% de los encuestados tienen conocimiento de los efectos negativos que causan las sustancias psicoactivas en el organismo humano, la mayoría están en un contexto enmarcado con esta problemática, ya que tienen amigos, vecinos o familiares con problemas de consumo. Reconocen que se puede prevenir el consumo por medio de actividades deportivas, culturales, trabajo institucional por parte del

colegio, pero faltan más oportunidades que ocupen de su tiempo. Se les pregunto una posible solución sería describala; dando como resultado; oportunidades y patrocinio, tratamiento psicológico individual y familiar, campeonatos deportivos, actividades lúdicas relacionadas con juegos, talleres donde se relacione tipo de sustancias y efectos y posibles tratamientos, campañas de prevención entre otras. Destacan la importancia del aprovechamiento del tiempo libre como opción de prevención, incluso algunos tratan de expresar que es más fácil conseguir cualquier tipo de sustancia psicoactiva que un patrocinio, como también tenemos los jóvenes que indican que depende de la personalidad y los valores de casa, cada joven se encarga de buscar lo que más le interesa y lo que le aporta a su vida.

Es importante realizar un llamado a las instituciones y agentes encargados de la problemática que se vive actualmente con el consumo de sustancias psicoactivas, los jóvenes están prestos a realizar actividades enfocadas a combatir tal problema, tanto en dinámicas que ofrezcan la oportunidad de recreación, como las que pueden ser mediante talleres o charlas informativas. Es importante destacar el impacto positivo que un proyecto como el presente lograría en el campo educativo, como se menciona al inicio en nuestro contexto Colombiano nuestros jóvenes resaltan la falta de oportunidades y en efecto el resultado aumenta diferentes problemáticas sociales, la ocupación del tiempo libre con un enfoque recreativo y desarrollador de potencias juveniles desde lo artístico, cultural y deportivo es una opción a la problemática del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes.

Lista de referencias

Alcaldía Mayor de Bogotá D.C. La Junta Administradora Local de Ciudad Bolívar (2016). Plan de desarrollo local Ciudad Bolívar una Localidad Para La Convivencia, Con Oportunidades y Mejor Para Todos 2017-2020. Recuperado de http://www.sdp.gov.co/sites/default/files/acuerdo_local_0052_de_2016_con_firmas_digitaltaless.pdf

Carabalí Díaz, Liliana Patricia, Cortés Peña Martha Cecilia, Zapata Mezu Nelly, Jamundí - Valle 2015. Fundación Universidad Los Libertadores. Prevengamos el uso y abuso del consumo de sustancias psicoactivas de manera lúdica. Recuperado de <https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/182/LilianaPatriciaCarabaliDiaz.pdf?sequence=2>

Carles Alsinet Mora. El tiempo libre como instrumento de participación social. Educación social: Revista de intervención socioeducativa, ISSN 1135-8629, N°6, 1997, págs. 108-111. Idioma: español. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=188697>

Gómez Gordillo, Nixon, Teresa Andrade, María & Victoria Holguín, Patricia, Santiago de Cali agosto 2015. Fundación Universitaria Los Libertadores. Estrategias para la prevención del bullying o matoneo a través del aprovechamiento del tiempo libre en estudiantes de

grado sexto jornada mañana, de la Institución Educativa Rafael Navia Varón.
Recuperado de <https://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/163>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) (2014). Ocio, Recreación y Tiempo Libre
(vol.7).

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas. Cómo Prevenir el Uso de Drogas en los Niños y los
Adolescentes, Segunda Edición, (2004). Recuperado de
https://www.drugabuse.gov/sites/default/files/redbook_spanish.pdf

Ministerio de Salud y Protección Social. Dirección de Promoción y Prevención, Octubre 2016.
ABECÉ de la prevención y atención al consumo de sustancias psicoactivas. Recuperado
de [https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/SMental/Paginas/convivencia-desarrollo-
humano-sustancias-psicoactivas.aspx](https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/SMental/Paginas/convivencia-desarrollo-humano-sustancias-psicoactivas.aspx)

Muñoz González, Germán. (2003). Temas y problemas de los jóvenes Colombianos al comenzar
el siglo XXI. Revista latinoamericana de Ciencias Sociales Niñez y Juventud. 1(1), pp
145-180. Recuperado de
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2003000100006

OBSERVATORIO DE DROGAS DE COLOMBIA O.D.C (2016). Estudio Nacional de
Consumo de Sustancias Psicoactivas en Población Escolar – Colombia 2016.
Recuperado de

https://www.unodc.org/documents/colombia/2018/Junio/CO03142016_estudio_consumo_escolares_2016.pdf

Pérez Aldo (2002). tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. Recuperado de: <http://www.redcreacion.org/documentos/congreso7/APerez.html>

PORTAFOLIO, octubre 22 de 2018. Las drogas ilícitas que más se consumen por estratos sociales. Recuperado de <https://www.portafolio.co/economia/que-drogas-ilicitas-se-consumen-en-colombia-por-estratos-sociales-522522>

Sánchez Rojas César Augusto. Fundación Universitaria los Libertadores. Plataforma virtual. Blackboard 2016. Pedagogías para el Autoaprendizaje. Unidad 1. Procesos de aprendizaje. Tema 1 Enfoques teóricos sobre procesos de aprendizaje. Recuperado de https://blackboard.libertadores.edu.co/bbcswebdav/pid-1095732-dt-content-rid-4961450_1/institution/ESPECIALIZACIONES/TRANSVERSALES/OE0025_PEDAUT_OAP_V2017/Contenido/U1/index.html

Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte – Dirección de Planeación Proyectos Estratégicos – Subdirección de Análisis Sectorial, Poblacional y Local (2016). Ficha Local Ciudad Bolívar 4 noviembre 2016. Recuperado de http://www.culturarecreacionydeporte.gov.co/sites/default/files/adjuntos_paginas_2014/19._localidad_ciudad_bolivar_segunda_version_dic16.pdf



Anexos

Anexo 1.

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES

Encuesta dirigida: Estudiantes de trece a diecisiete años. Prevención del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes.

Edad:	Sexo:	Hombre	Mujer
1. ¿Tiene conocimiento de los efectos negativos que producen las sustancias psicoactivas en el organismo humano?			
SI		NO	
2. ¿Ha consumido sustancias psicoactivas?			
SI		NO	
3. ¿Tiene o conoce familiares, amigos, vecinos que consumen sustancias psicoactivas?			
SI		NO	
4. Considera qué se puede prevenir el consumo de sustancias psicoactivas por medio de: <i>“Pregunta con opción de respuesta múltiple, puede seleccionar una o varias opciones”</i>			
Actividades deportivas			
Actividades culturales y artísticas			
Apoyo institución Educativa			
Dialogo y acciones padres de familia			
Otra ¿Cuál?			
5. ¿Cuál es el factor que más incide en un adolescente para llegar a consumir sustancias psicoactivas? <i>“Pregunta con opción de respuesta múltiple, puede seleccionar una o varias opciones”</i>			
Compañeros del colegio			
Amigos			
Depresión			
Curiosidad			
Problemas familiares			
Otra ¿Cuál?			
6. ¿Realiza alguna actividad en su tiempo libre?			
SI:		NO:	Cuál:
7. Una posible solución para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes sería. Descríbala:			
Cuál:			
8. Cree que el aprovechamiento del tiempo libre por medio de actividades deportivas, culturales y artísticas, es una opción de prevención al consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes.			
SI		NO	
9. ¿A su criterio el consumo de sustancias psicoactivas afecta el rendimiento académico en el colegio?			
SI		NO	

Observaciones:
