ESTRATEGIA CUIDANDO CUIDADORES ENTORNO COMUNITARIO 2025

TEMA: Prevención del consumo problemático de sustancias psicoactivas (SPA)
Grupos focales sugeridos: Jóvenes, padres de familia, líderes comunitarios, docentes, madres comunitarias.
PROFESIONAL: NASLY YOMAIRA LEON ROMERO

Entorno: Comunitario
Tema: Prevención del consumo problemático de sustancias psicoactivas (SPA) Grupos focales sugeridos: Jóvenes, padres de familia, líderes comunitarios, docentes, madres comunitarias.
Población: Adolescentes
Tiempo aproximado: 1 hora
Materiales: Cartelera e infografia

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer conocimientos, habilidades y actitudes en los adolescentes de la Escuela de Música La Sinfónica para prevenir el consumo problemático de sustancias psicoactivas (SPA), mediante actividades lúdicas, participativas y pedagógicas que favorezcan la toma de decisiones saludables y el reconocimiento de factores protectores en su vida artística y personal.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los riesgos y consecuencias del consumo problemático de sustancias psicoactivas en la adolescencia, especialmente en el rendimiento musical.
- Analizar situaciones cotidianas en las que los adolescentes puedan verse expuestos a la presión de grupo o a la oferta de SPA.
- Reconocer factores protectores individuales, familiares y artísticos que fortalecen la prevención del consumo.
- Socializar la ruta de atención municipal disponible para la orientación y apoyo en salud mental y prevención de SPA.
- Promover reflexiones y compromisos personales orientados al autocuidado y a la toma de decisiones conscientes.

MARCO TEÓRICO

La prevención del consumo problemático de sustancias psicoactivas (SPA) en adolescentes es una estrategia prioritaria dentro de la Dimensión de Convivencia Social y Salud Mental, dada la alta vulnerabilidad de este ciclo vital. La adolescencia es una etapa marcada por cambios neurobiológicos, emocionales y sociales que incrementan la probabilidad de experimentar comportamientos de riesgo, entre ellos el consumo de SPA. Durante esta etapa se desarrolla el lóbulo prefrontal, encargado de la toma de decisiones, control de impulsos y autorregulación; por ello, el consumo en edades tempranas puede generar alteraciones significativas en memoria, atención, coordinación y funcionamiento cognitivo.

El entorno artístico ofrece tanto factores de riesgo como protectores. Por un lado, los adolescentes que participan en grupos musicales pueden enfrentarse a presión de pares, escenarios sociales amplios y mitos sobre sustancias que supuestamente mejoran el rendimiento. Sin embargo, la música también representa un importante factor protector, pues promueve disciplina, autoestima, habilidades sociales, manejo emocional y proyecto de vida estructurado.

Las intervenciones preventivas deben centrarse en el fortalecimiento de habilidades para la vida, la identificación de señales tempranas de riesgo, la promoción de decisiones saludables y el conocimiento de las rutas de atención disponibles en el territorio. La evidencia demuestra que actividades participativas, lúdicas y contextualizadas son más efectivas para captar el interés adolescente y generar cambios sostenibles en el comportamiento.

METODOLOGIA

La actividad se realizará mediante una metodología participativa, lúdica y adaptada al ciclo vital adolescente. El proceso se desarrollará paso a paso de la siguiente manera:

1. Acomodación y apertura

- Organización del espacio en semicírculo.
- Bienvenida y presentación del objetivo.
- Acuerdo de normas básicas de respeto, escucha y participación.

2. Actividad lúdica de inicio – “Ritmos que Deciden”

- Se divide al grupo en subequipos.
- Cada grupo crea dos patrones rítmicos: uno que represente decisiones saludables y otro decisiones de riesgo.
- Los adolescentes presentan sus ritmos y reflexionan sobre cómo las decisiones influyen en el “ritmo” de su vida musical y personal.

3. Desarrollo temático

- Exposición dialogada sobre SPA utilizando infografías.
- Explicación de tipos de sustancias, riesgos, consecuencias físicas, emocionales y cognitivas.
- Énfasis en cómo el consumo afecta el rendimiento musical.

- Conversación abierta sobre mitos y realidades.

4. Trabajo grupal con análisis de casos

- Se entregan tarjetas con situaciones relacionadas con presión de grupo, invitaciones al consumo y decisiones de riesgo.
- Cada grupo analiza la situación y propone alternativas de afrontamiento.
- Socialización de conclusiones.

5. Identificación de factores protectores

- Se entregan fichas con factores protectores (música, familia, amistades positivas, autoestima, deporte, proyecto de vida).
- Cada adolescente elige los factores que tiene presentes en su vida.
- Se elabora un “Mural de Protección”.
- Reflexión conjunta sobre cómo fortalecer dichos factores.

6. Socialización de la Ruta de Atención

- Explicación clara de la ruta municipal de apoyo en salud mental y prevención de SPA.
- Indicaciones sobre confidencialidad, servicios disponibles y cuándo consultar.

7. Cierre y compromisos

- Los participantes expresan aprendizajes o compromisos personales.
- Retroalimentación final y agradecimiento.
- Orientación sobre espacios disponibles para acompañamiento.

8. Registro documental

- Diligenciamiento del listado de asistencia.
- Toma de fotografías en los tres momentos obligatorios.
- Verificación de coherencia con la georreferenciación y soportes.

REFERENCIAS

- Ministerio de Salud y Protección Social. (2023). *Lineamientos para la prevención del consumo de sustancias psicoactivas en población adolescente.*
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Prevención del consumo problemático en adolescentes.*
- Gobierno de Colombia. Política Nacional de Salud Mental (2018).
- UNODC. (2022). *Prevención del uso de drogas en jóvenes y adolescentes.*