Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	ANOLAIMA
Lugar	I.E.D DEPARTAMENTAL LA FLORIDA
Fecha	17 ABRIL 2026
Tema	“Tu Estilo No Necesita Cigarrillos”
Entorno	EDUCATIVO
Objetivo	Prevenir el consumo de bebidas artesanales y fortalecer la toma de decisiones con conocimiento de los riesgos y daños sobre su consumo
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	ANA MILENA GUACANEME TORRES
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	1.O68.929.042
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

Desarrollo de la Actividad

1. Descripción de la población asistente

En el desarrollo de la actividad participaron 40 estudiantes de los grados décimo y once de la IED Departamental La Florida. Los estudiantes participaron de manera activa y reflexiva durante el taller, mostrando interés frente a los temas relacionados con la prevención del consumo de bebidas artesanales, la presión social y la toma de decisiones responsables en la adolescencia y juventud. Durante la jornada se evidenció disposición para dialogar sobre situaciones cotidianas asociadas al consumo y su impacto en la salud, el bienestar y el proyecto de vida.

2. Metodología de la actividad realizada

El taller se desarrolló mediante una metodología participativa, reflexiva y preventiva, orientada a fortalecer en los estudiantes habilidades para la toma de decisiones responsables frente al consumo de bebidas artesanales y otras conductas de riesgo. Se promovió un espacio de confianza y diálogo donde los asistentes pudieron compartir opiniones, experiencias y reflexiones relacionadas con el tema trabajado.

Inicialmente se realizó una actividad de exploración de conocimientos previos y percepciones frente al consumo de bebidas artesanales y cigarrillos, identificando factores sociales y culturales que pueden influir en las decisiones de los adolescentes y jóvenes. Esta actividad permitió contextualizar el tema y reconocer situaciones presentes en el entorno escolar y social.

Posteriormente se desarrolló una explicación pedagógica sobre los riesgos y daños asociados al consumo de bebidas artesanales y cigarrillos, enfatizando consecuencias físicas, emocionales, sociales y académicas que pueden afectar el bienestar integral y el desarrollo del proyecto de vida de los estudiantes.

Asimismo, se llevaron a cabo dinámicas grupales y ejercicios reflexivos orientados al fortalecimiento de habilidades para resistir la presión social, promover el autocuidado y fortalecer la toma de decisiones conscientes y responsables. Los estudiantes participaron activamente compartiendo estrategias y reflexiones frente a situaciones de riesgo comunes en la adolescencia.

Finalmente, se realizó un cierre reflexivo donde los participantes identificaron la importancia de construir hábitos saludables, fortalecer la autoestima y tomar decisiones orientadas al bienestar físico y emocional. La actividad permitió promover mensajes preventivos y fortalecer factores protectores dentro del contexto escolar.

2.1 Actividad lúdica de inicio

Como actividad de apertura se realizó la dinámica "¿Moda o decisión?", donde los estudiantes analizaron diferentes frases, imágenes y situaciones relacionadas con el consumo y la presión social en los adolescentes y jóvenes. En grupos, debían identificar cuáles decisiones estaban influenciadas por la búsqueda de aceptación social y cuáles reflejaban autonomía y autocuidado. Esta actividad permitió generar reflexión sobre la importancia de construir una identidad propia y tomar decisiones conscientes frente a conductas de riesgo.

2.2 Explicación del tema

Durante el taller se abordó la importancia de fortalecer la toma de decisiones responsables frente al consumo de bebidas artesanales y cigarrillos, resaltando que muchas veces el consumo inicia por presión social, curiosidad o deseo de aceptación dentro de determinados grupos. Se promovió la reflexión sobre cómo las decisiones individuales pueden influir significativamente en la salud y el bienestar futuro.

Asimismo, se explicaron los riesgos y daños asociados al consumo de bebidas artesanales y cigarrillos, enfatizando posibles consecuencias físicas, emocionales y sociales que afectan

la calidad de vida de los adolescentes y jóvenes. Se orientó sobre los efectos negativos en la salud respiratoria, el rendimiento físico, la salud mental y las relaciones interpersonales.

También se trabajó el fortalecimiento de habilidades para decir “no” frente a situaciones de presión social, promoviendo estrategias relacionadas con la autoestima, el pensamiento crítico y la seguridad personal. Los estudiantes reflexionaron sobre la importancia de tomar decisiones basadas en el autocuidado y no únicamente en la influencia del entorno.

De igual manera, se abordó la importancia del proyecto de vida como factor protector frente al consumo de sustancias. Se resaltó que establecer metas académicas, personales y profesionales favorece la construcción de hábitos saludables y decisiones más conscientes frente a situaciones de riesgo.

Finalmente, se promovió la construcción de una identidad basada en el bienestar, el respeto propio y la autonomía, resaltando que el estilo personal y la aceptación social no dependen del consumo de cigarrillos o bebidas, sino de la capacidad de tomar decisiones saludables y responsables.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado

Para el desarrollo del taller se utilizaron diapositivas informativas, carteleras reflexivas, análisis de casos, material visual relacionado con factores de riesgo y protección, así como dinámicas grupales orientadas al fortalecimiento de habilidades para la toma de decisiones y el autocuidado. Los recursos utilizados facilitaron la comprensión de los contenidos y promovieron la participación activa de los estudiantes.

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes

¿Por qué algunos jóvenes comienzan a consumir cigarrillos o bebidas?

Se explicó que factores como la presión social, la curiosidad y la búsqueda de aceptación pueden influir en estas decisiones.

¿Qué consecuencias puede tener el consumo a largo plazo?

Se orientó sobre posibles afectaciones en la salud física, emocional y en el proyecto de vida.

¿Cómo resistir la presión de amigos o conocidos?

Se recomendó fortalecer la autoestima, tener metas claras y rodearse de relaciones saludables.

¿El consumo ocasional también puede ser riesgoso?

Se explicó que incluso el consumo ocasional puede generar riesgos y favorecer conductas repetitivas a futuro.

¿Qué hacer si un compañero presenta conductas de consumo?

Se indicó la importancia de buscar apoyo en adultos de confianza y orientar desde el respeto y la prevención.

3. Conclusiones y recomendaciones

El desarrollo del taller permitió fortalecer en los estudiantes conocimientos relacionados con los riesgos asociados al consumo de bebidas artesanales y cigarrillos, promoviendo espacios de reflexión orientados al autocuidado, la toma de decisiones responsables y la construcción de hábitos saludables durante la adolescencia y juventud.

Se concluye que los estudiantes lograron identificar factores sociales y emocionales que pueden influir en el consumo de sustancias, reconociendo la importancia de fortalecer habilidades personales relacionadas con la autoestima, el pensamiento crítico y la autonomía frente a la presión social presente en diferentes contextos.

Asimismo, la actividad permitió sensibilizar a los participantes sobre las consecuencias físicas, emocionales y sociales asociadas al consumo, fortaleciendo la comprensión de cómo determinadas decisiones pueden impactar negativamente la salud, el bienestar emocional, las relaciones personales y el cumplimiento del proyecto de vida.

También se evidenció la importancia de promover espacios educativos preventivos donde los adolescentes y jóvenes puedan expresar inquietudes, reflexionar sobre situaciones cotidianas y fortalecer herramientas para afrontar riesgos propios de esta etapa del desarrollo. La participación activa de los estudiantes favoreció el intercambio de ideas y la construcción colectiva de aprendizajes significativos.

Se recomienda continuar implementando estrategias pedagógicas y preventivas dirigidas a estudiantes de educación media, promoviendo el fortalecimiento de habilidades para la vida, la toma de decisiones conscientes y la construcción de proyectos personales y académicos saludables.

De igual manera, se considera importante fortalecer el acompañamiento familiar e institucional frente a temas relacionados con consumo, salud mental y manejo de la presión social, favoreciendo redes de apoyo que permitan a los estudiantes desenvolverse en entornos más seguros y protectores.

Finalmente, se recomienda continuar promoviendo campañas y actividades educativas que fortalezcan la cultura del autocuidado, la prevención y el bienestar integral, contribuyendo a la formación de jóvenes más seguros, responsables y conscientes de las consecuencias que determinadas decisiones pueden generar en su presente y futuro.

4. Registro fotográfico



Gobernación de Cundinamarca	**PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD** **GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA**	**Código: M-PDS-GSP-FR-029**
		Versión: 02
	Información de Actividades PIC	**Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.**



