SALUD

En-torno
a tu salud mental



Cartilla ZOE

Salud Centro
Red de Salud del Centro E.S.E.

ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

¿Qué son las Zonas de Orientación Escolar ZOE?

La Secretaría de Salud Distrital está llevando a cabo la implementación de las **Zonas de Orientación Escolar (ZOE) en Santiago de Cali.** Estos dispositivos de trabajo comunitario funcionan en instituciones educativas y colegios con el propósito de fortalecer la capacidad de respuesta en el abordaje y prevención del consumo de sustancias psicoactivas, soportados en conceptos fundamentales como; la escucha, la formación, la mitigación, el reconocimiento de la persona y las redes, entre otros. Sin embargo, debe señalarse que las mayores dificultades a las que se enfrenta la **ZOE**, son las percepciones que se tienen sobre el consumo de SPA y que generan inseguridad, inestabilidad y miedo entre el grupo de docentes, de estudiantes, de directivos y de padres de familia.

Es necesario insistir que la **ZOE** debe estar presente de manera continua en las Instituciones Educativas (IE), para incidir en la percepción sobre el consumo de sustancias psicoactivas y lograr movilizar prácticas cotidianas en los diversos actores sociales del entorno educativo, que reduzcan el estigma y la exclusión de quienes son asociados con el consumo de SPA, especialmente en edades tempranas, lo cual contribuye a reducir los riesgos y daños asociados a este fenómeno. En este orden de ideas, la ZOE debe ser entendida como un proceso que se genera desde el interior de la comunidad educativa que va, poco a poco, integrando a los diversos actores, los diferentes servicios y redes existentes.

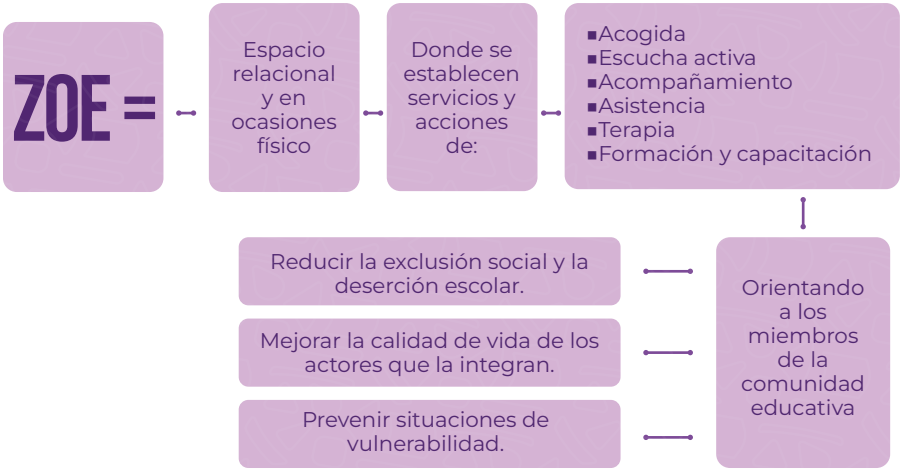
El propósito de los ZOE es transformar conductas estigmatizantes y discriminatorias hacia las personas con consumo de sustancias psicoactivas, sus familias y comunidad.

- **A** Importancia de la prevención del consumo de sustancias psicoactivas.
- **B** Impacto de las conductas: estigmatizantes en la comunidad educativa.
- **C** Rol de las instituciones educativas en el abordaje del consumo
- **D** Herramientas de discusión pública e informada en las ZOE

Salud Centro
ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI

¿Qué dice el Ministerio de Salud de las Zona de Orientación Escolar-ZOE?

La OPS (Organización Panamericana de la Salud) y el Ministerio de Salud de Colombia, en el marco de la Política Nacional de Drogas de Colombia, reconoce la prioridad de conformar Zonas de Orientación Escolar ZOE en todo el territorio nacional, con el propósito de ayudar a transformar conductas estigmatizantes y discriminatorias hacia las personas con consumo de sustancias psicoactivas, sus familias y comunidades. Estas conductas pueden tener un impacto significativo en el deterioro de la autoestima de las personas y grupos afectados, con una correlación observada entre estas actitudes negativas y la deserción escolar en los jóvenes, así como la exclusión social, laboral y económica de sus familias.



Herramientas
de las Zona de Orientación Escolar-ZOE

Con el fin de alcanzar estos objetivos, se implementarán herramientas de discusión pública e informada sobre el tema de las drogas en el marco de la Zona de Orientación Escolar (ZOE). **Estas herramientas permitirán crear un espacio inclusivo donde se brinde acogida, se practique la escucha activa, la relación de ayuda y el acompañamiento,** y se proporcione capacitación a los jóvenes sobre el tema de las drogas y sobre formas incluyentes de abordarlo de manera efectiva apelando también a acciones lúdicas, deportivas y artísticas.



Con estas acciones la ZOE contribuye a cuestionar representaciones sociales del consumo como una cuestión inabordable lo cual ayuda a reducir la injusticia resultado de la estigmatización de las personas afectadas, especialmente cuando esto ocurre en el entorno educativo. Herramientas de las Zonas de Orientación Escolar (ZOE) para el cambio en la estigmatización de las personas que consumen sustancias psicoactivas, sus familias y comunidades



Espacios de discusión: Se promoverán espacios de diálogo abierto y respetuoso, donde se pueda discutir de manera informada y reflexiva sobre el consumo de sustancias psicoactivas, sus efectos y las implicaciones para la salud y el bienestar de las personas.

Capacitación y formación: Se ofrecerán capacitaciones y formaciones a los jóvenes para que adquieran conocimientos y habilidades que les permitan comprender mejor las causas y consecuencias del consumo de drogas, así como las estrategias de prevención y reducción de riesgos.

Acciones lúdicas, deportivas y artísticas: Se utilizarán actividades recreativas, deportivas y artísticas como herramientas para abordar el tema del consumo de sustancias psicoactivas. Estas acciones buscan fomentar la expresión creativa, fortalecer habilidades sociales y promover estilos de vida saludables como alternativas al consumo de sustancias psicoactivas.

• **Acompañamiento y escucha activa:** Se brindará apoyo y acompañamiento a las personas afectadas por el consumo de sustancias psicoactivas, sus familias y comunidades. Esto incluye escuchar de manera activa sus experiencias, preocupaciones y necesidades, y ofrecerles orientación y recursos para enfrentar los desafíos asociados.

• **Sensibilización y difusión:** Se realizarán campañas de sensibilización y difusión en la comunidad educativa y en la sociedad en general, con el objetivo de desafiar estereotipos y prejuicios relacionados con el consumo de drogas, y promover una actitud de respeto, comprensión y apoyo hacia las personas afectadas.





• **Redes de apoyo y trabajo en equipo:** Se fomentará la creación de redes de apoyo, tanto dentro de la comunidad educativa como en el entorno local, para que los actores involucrados puedan colaborar y trabajar en equipo en la implementación de estrategias de prevención y apoyo.

• **Enfoque basado en derechos humanos:** Se promoverá un enfoque que reconozca y respete los derechos humanos de las personas que consumen sustancias psicoactivas, sus familias y comunidades. Esto implica abogar por el acceso a servicios de salud, educación y apoyo social, sin discriminación ni estigmatización.

• **Evaluación y seguimiento:** Se llevará a cabo un seguimiento continuo de las acciones implementadas en las Zonas de Orientación Escolar, con el fin de evaluar su impacto y realizar ajustes necesarios. Esto permitirá mejorar la efectividad de las herramientas utilizadas y garantizar la sostenibilidad de los cambios logrados.

Ejercicio 1: El Árbol de la Red Social de apoyo.

Tomate un tiempo para llenar tu **"El Árbol de la Red Social de Apoyo"** observa el dibujo de un árbol con sus frutos y en cada fruto del árbol, identifica y escribe las instituciones y grupos amigables en tu vida y en tu sector que te brindan apoyo. Estas pueden ser organizaciones comunitarias, grupos religiosos, centros de salud, instituciones educativas, clubes deportivos, grupos de amigos, entre otros. ¡Cuanto más florecido tu árbol mejor!



¿Por qué se llama Zona de Orientación Escolar-ZOE?

Las **Zonas de Orientación Escolar (ZOE)** son una estrategia del Ministerio de Educación Nacional (MEN) establecida en el marco de la **Ley 1620 de 2013 y el Decreto 1965 de 2013**, que busca fortalecer la convivencia escolar, prevenir situaciones de vulneración de derechos y promover entornos protectores mediante acciones de orientación, atención psicosocial y articulación intersectorial. Esta estrategia se desarrolla de manera conjunta con el Ministerio de Salud y Protección Social, en el marco de la Política Nacional de Salud Mental, articulando los sectores de educación y salud para garantizar el bienestar integral de los estudiantes a través de acciones coordinadas del Sistema Nacional de Convivencia Escolar.



Por otro lado, **el término "orientación" se refiere a una de las funciones del educador**, según el **Decreto 2277 del 14 de septiembre de 1979,** actualmente vigente. La orientación implica la capacidad de brindar dirección y seguir un objetivo claro frente a inquietudes, solicitudes o necesidades expresadas por los educandos. En el marco de la estructura administrativa interna de los planteles educativos públicos de educación básica secundaria, **la Resolución 13342 del 23 de julio de 1982** reconoció la función del orientador como un docente que depende del rector.



En resumen, las Zonas de Orientación Escolar se definen como un proceso integral e integrador, dirigido a **reducir la exclusión social,** prevenir la deserción escolar, mejorar la calidad de vida de los actores involucrados y **prevenir situaciones de vulnerabilidad y riesgo en el entorno educativo.**

Estas zonas están respaldadas por la red institucional, que incluye a diversos actores de la comunidad educativa y **cuenta con el apoyo y la gestión del orientador institucional** o profesional psicoorientador.

El objetivo es fortalecer el desarrollo humano y promover el ejercicio de derechos de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, con la participación corresponsable de todos los miembros de la comunidad educativa.

¿Cómo se puede promover la participación social de los jóvenes en materia de salud y seguridad social dentro del marco de la Zona de Orientación Escolar?

Con el objetivo de abordar este tema de manera más informada y consciente, **se utilizarán herramientas de discusión pública** que permitirán comprender las consecuencias personales, familiares y comunitarias relacionadas con el consumo de drogas. Los temas priorizados, según las características de los jóvenes de la **ESE Oriente de Cali**, corresponden al abordaje de **factores de riesgo y protección, como son:**

1. El cuidado de la salud física y la promoción de estilos de vida saludable
2. La identificación y expresión de emociones para mitigar el estrés y la ansiedad
3. La ampliación de la red social para fomentar la inclusión y la participación
4. El conocimiento de las rutas de atención en salud para el consumo de sustancias psicoactivas y otras afectaciones de la salud mental.

La tendencia generalmente es a quedarse en estas acciones de este tipo, debido a que generan mayor seguridad, puesto que es desde allí que ha actuado el sector escolar recurrentemente frente al consumo de **SPA** y problemáticas asociadas.

ZOE

Prevención + Mitigación

El Modelo de Inclusión Social para consumidores de sustancias psicoactivas-SPA y su relación con la Zona de Orientación Escolar-ZOE.



El Ministerio de Salud y Protección Social, en 2007, estableció el Modelo de Inclusión Social como base conceptual y metodológica para la implementación de las Zonas de Orientación Escolar en todo el país. Este modelo reconoce que la exclusión social es un fenómeno complejo y multicausal que genera marginación, segregación, desviación y aislamiento, debilitando los vínculos entre los individuos y la sociedad. Por el contrario, la inclusión social es un proceso de corresponsabilidad entre el Estado, la sociedad y las personas excluidas, que requiere cambios en las representaciones sociales que generan rechazo o exclusión, como en el caso del consumo de sustancias psicoactivas.

El modelo también aborda conceptos como el consumo problemático de sustancias, el consumo experimental y ocasional, así como la noción de comunidad local como grupos asociados a un territorio, que se organizan para atender sus problemas, necesidades e intereses. Asimismo, se incluye el enfoque de reducción de riesgos y daños, que busca minimizar las consecuencias negativas del consumo de sustancias psicoactivas a través del acceso a servicios de salud, la prevención de conflictos y la mediación entre los actores sociales involucrados con los consumidores de sustancias psicoactivas.

El relato del buen samaritano

y los conceptos clave en la Zona de Orientación Escolar-ZOE:

Escucha activa, acogida, mitigación del riesgo y el daño, reconocimiento de la persona más allá de las diferencias, establecimiento de redes de apoyo, ampliación del vecindario y relación de ayuda.

El relato del buen samaritano, presentado por Jesús de Nazaret en el evangelio de San Lucas, plantea una importante reflexión sobre nuestra responsabilidad hacia los demás, desafiando la idea de vecindarios cerrados y aislados. Este aspecto ha sido analizado por el filósofo contemporáneo Amartya Sen, quien en su libro La Idea de la Justicia expresa que no pasa por alto para él, en esta historia, que en realidad va más allá de ser simplemente una enseñanza sobre el amor al prójimo como preocupación universal, que también lo es, sino que el atento filosofo identifica un mensaje esencial como es el rechazo fundamentado de la idea de un vecindario aislado y cerrado o con frontera invisibles, Jesús exhorta en el relato a tener vecindarios abiertos.





“El buen samaritano brinda asistencia al hombre herido en el camino, mientras que un sacerdote y un levita pasan de largo sin siquiera mirarlo. Jesús plantea una pregunta al abogado local sobre quién es el vecino del hombre herido. El abogado responde que es aquel que lo ayudó. Esta respuesta resalta el punto clave que **Jesús quiere transmitir: el deber de ser vecino no se limita a aquellos que viven cerca de nosotros.** El deber de ayudar no se restringe solo a nuestros vecinos materiales, sino que abarca a todos aquellos que necesitan nuestra ayuda, sin **importar su proximidad geográfica o su relación previa con nosotros.”**

Para comprender plenamente el argumento de Jesús, debemos recordar que los samaritanos no solo vivían a cierta distancia, sino que también eran despreciados por los israelitas. **Sin embargo, el samaritano se relaciona con el israelita herido a través del acto de ayuda, relación de ayuda.** Al brindar su apoyo y acogida, el samaritano se conecta con el necesitado, independientemente de su origen o circunstancias. **Esta acción solidaria crea un nuevo vecindario, basado en el trato igualitario y en la disposición de ayudar a los demás.**



La Zona de Orientación Escolar-ZOE como una nueva lectura del servicio social en el entorno escolar.

En conclusión, la labor de transformar conductas estigmatizantes y discriminatorias hacia las personas con consumo de sustancias psicoactivas, sus familias y comunidades, a través de las Zonas de Orientación Escolar (ZOE), nos permite ampliar los límites de nuestro vecindario, promoviendo la superación de barreras sociales y prejuicios, tratando a todas las personas como iguales que también contribuye a ampliar nuestra experiencia de libertad personal.

Para lograr esto, es necesario estar atentos a las necesidades de quienes nos rodean y estar dispuestos a brindar ayuda y apoyo sin esperar nada a cambio. Al adoptar este enfoque, podemos contribuir a crear una sociedad más inclusiva y solidaria, donde la estigmatización y la discriminación hacia las personas que consumen sustancias psicoactivas y sus familias sean superadas. La labor de las ZOE se enmarca en este propósito, promoviendo el cambio en nuestras comunidades y generando un impacto positivo en la vida de quienes más lo necesitan.

En-torno a tu salud mental

SALUD



A través de la implementación de herramientas como la discusión pública informada, la creatividad, la participación activa, la empatía y el trabajo en red, las ZOE buscan crear espacios inclusivos donde se brinde acogida, se practique la escucha activa y se proporcione capacitación a los jóvenes sobre el tema de las drogas, fomentando la prevención y generando un ambiente de apoyo y comprensión.

En este camino hacia una sociedad más justa y solidaria, es fundamental que todos nos comprometamos a superar nuestras propias limitaciones y prejuicios, reconociendo la dignidad y el valor de cada individuo.

Al transformar nuestras conductas estigmatizantes y discriminatorias, podemos construir un entorno donde las personas que consumen sustancias psicoactivas, sus familias y comunidades **se sientan respetadas, incluidas y apoyadas** en su proceso de recuperación y reintegración social. La labor de las Zonas de Orientación Escolar nos invita a ser agentes de cambio, promoviendo la empatía, la solidaridad y la justicia social en nuestras comunidades.

Al trabajar juntos, podemos romper estereotipos, derribar barreras y construir un futuro donde todas las personas sean valoradas y respetadas en su camino hacia la salud y el bienestar.

Salud Centro

ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI

La Secretaría de Salud Distrital y las Empresas Sociales del Estado E.S.E., promueven el cambio en las representaciones sociales del consumo de sustancias psicoactivas a través de las Zonas de Orientación Escolar (ZOE).

En este capítulo, hemos explorado de manera exhaustiva el completo listado de herramientas de las ZOE para abordar y transformar la estigmatización de las personas que consumen sustancias psicoactivas, así como sus familias y comunidades. Nos hemos acercado a esta temática desde diferentes enfoques, considerando la importancia del trabajo en red y la construcción de un vecindario solidario y empático. En primer lugar, reconocimos que la discusión pública informada es una herramienta fundamental en las ZOE.



Este espacio inclusivo y participativo nos permite generar diálogos constructivos y aumentar el conocimiento sobre el consumo de sustancias psicoactivas, creando un ambiente propicio para el aprendizaje y la prevención.

A través de la creatividad y la participación activa, logramos hacer más ameno este proceso, fomentando la reflexión crítica y la toma de decisiones informadas. Asi mismo, hemos comprendido que esta labor impacta de manera significativa en la autoestima y capacidad de recuperación de las personas y grupos afectados. La acción empática, hospitalaria y solidaria, que reconoce la necesidad de ayuda al prójimo, se convierte en un pilar fundamental en las ZOE. Esta capacidad de desarrollar empatía y compasión es esencial a lo largo de nuestras vidas, fortaleciendo los lazos comunitarios y generando un entorno de apoyo y comprensión mutua.



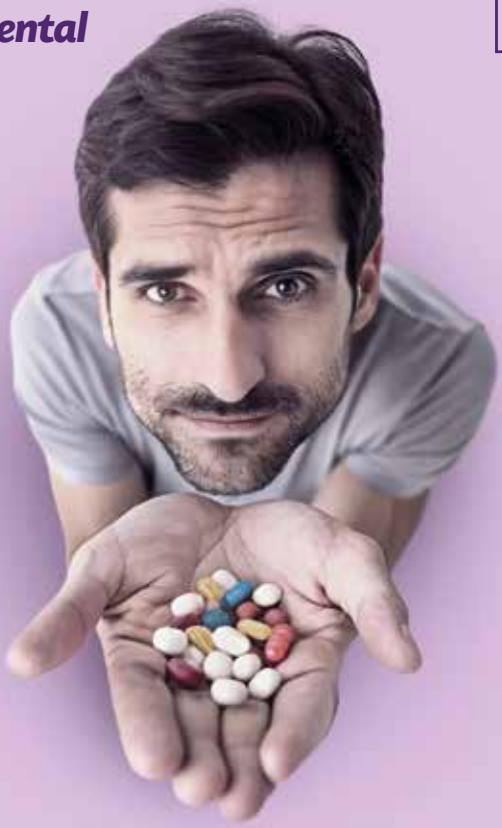
En relación al contexto educativo, identificamos que la función del educador, según el Decreto 2277 del 14 de septiembre de 1979, incluye la orientación como una de sus responsabilidades. La **ZOE** se posiciona como un área o espacio con características especiales que se distingue de otras, ofreciendo un entorno propicio para el aprendizaje y la formación integral.

En este sentido, adquirir nuevos conocimientos y habilidades para comprender mejor el mundo se convierte en una meta compartida, que requiere formas activas de reducir la estigmatización y el prejuicio en todas sus manifestaciones, promoviendo a la vez un ambiente escolar inclusivo y respetuoso.



Entonces la **ZOE** puede contribuir en el entorno escolar como proceso comunitario de transformación, liderado por salud y educación en la figura del psicoorientador, generado desde el interior de la comunidad educativa procesos de gestión de redes y nuevos liderazgos con capacidad de integrar a los diversos actores y servicios sociales del territorio con las **ZOE**.

Quizás esta nueva manera de ver la **ZOE** le facilita al psicoorientador superar la sensación que los problemas de orden psicosocial, especialmente los que tienen que ver con sustancias psicoactivas y nuevas sustancias, son irresolubles, En resumen, las Zonas de Orientación Escolar **(ZOE)** representan una valiosa herramienta para cambiar la estigmatización percepción sobre las personas que consumen sustancias psicoactivas, así como sus familias y comunidades. A través de un enfoque comunitario, inclusivo y basado en el trabajo en red, podemos generar una transformación profunda y duradera en nuestra sociedad.



Prevención del consumo de sustancias psicoactivas

¿Qué son las sustancias psicoactivas?

Según la Organización Mundial de la Salud- OMS se considera sustancia psicoactiva a toda sustancia que introducida en el organismo por cualquier vía de administración (ingerida, fumada, inhalada, inyectada, entre otras) 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.

Prevención del consumo de sustancias psicoactivas

Uso clínico de las sustancias psicoactivas



En 2021 el Gobierno Nacional expidió el Decreto 811 de 2021, que marcó una nueva hoja de ruta para el uso de cannabis en Colombia. El Decreto no solamente se limitó a los usos o farmacéuticos del cannabis, sino que además entró en detalle en relación con los usos industriales de la planta. El Decreto 811 visibilizó usos del cannabis, adicional a los medicinales, tales como la fabricación de fibras, bebidas, alimentos, biocombustibles y suplementos dietarios. Por otro lado, colombiana Franco-mol ha desempeñado durante mucho tiempo un papel importante en la seguridad alimentaria de los pueblos indígenas y de los campesinos. Los hongos se han utilizado por cientos de años, sobre todo en los países asiáticos, para tratar infecciones. Hoy en día, también se emplean para tratar enfermedades pulmonares y el cáncer.

¿Cómo se clasifican las sustancias psicoactivas?

Según su origen (Naturales/ Sintéticas)

NATURALES:
Se encuentran de forma natural en el ambiente y que las personas hacen uso de ellas sin necesidad de que estas sean producidas por algún laboratorio mediante procesos químico.



Ejemplo: Marihuana, café, tabaco, hongos.



SINTÉTICAS:
Elaboradas exclusivamente en laboratorios a través de procesos químicos, cuya estructura química no se relaciona con ningún componente natural.

Ejemplo: Anfetaminas, ansiolíticos, Esteroides.



Según sus efectos (Estimulantes /Depresoras/Alucinógenas)

ESTIMULANTES: Excitan la actividad psíquica y del sistema nervioso central, adicionalmente incrementan el ritmo de otros sistemas orgánicos.

Ejemplo: Cocaína, Metanfetaminas (estimulantes Mayores) Nicotina, Cafeína (Estimulantes Menores)

ALUCINÓGENAS: Alteran y distorsionan la percepción sensorial del individuo, interferir en su estado de conciencia y sus facultades cognitivas, pueden generar alucinaciones. Ejemplos: LSD, Marihuana, Éxtasis.

DEPRESORAS: Disminuye el ritmo de las funciones corporales, de la actividad psíquica y del sistema nervioso central. Estas sustancias son también llamadas psicolépticas.

Ej: Alcohol, Opiaceos (Metadona, morfina, heroína) Ansioliticos e hipnoticos (para dormir).

Según su normatividad (Legal/Ilegal)

Ilegales: Las drogas ilícitas son aquellas que están penadas por la ley, es decir, ilegales. Entre ellas se encuentra la marihuana, la cocaína, la heroína, etc.

Legales: Las drogas ilícitas son aquellas que no están penadas por la ley, es decir, legales.

Según las nuevas sustancias psicoactivas (NPS/Emergentes)

NPS: Nuevas sustancias psicoactivas se definen como "sustancias de abuso, ya sea en forma pura o en preparado, no son controladas por la Convención Única de 1961 sobre Estupefacientes ni por el Convenio sobre Sustancias Sicotrópicas de 1971".

Emergentes: Incluyen además de las nuevas sustancias, cualquier cambio en la presentación, patrón de uso, pureza o presencia de adulterantes, que pueden implicar una amenaza para la salud pública y son objeto de análisis del Sistema de Alertas Tempranas.





Acciones Preventivas

Durante el proceso formativo, es importante abordar temáticas relacionadas con las estrategias de prevención, por lo cual, se hace necesario tratar contenidos que conceptualicen la prevención como un mecanismo de intervención para reducir los niveles de riesgo presentes en el consumo de SPA y sus situaciones conexas.

¿Qué es prevención?

La prevención se refiere a las estrategias y actividades diseñadas para evitar el inicio del consumo de sustancias psicoactivas o para reducir la probabilidad de su uso abusivo.

Incluye la educación, la promoción de estilos de vida saludables y el desarrollo de habilidades para resistir la presión social.
(M. Salud, 2016)

Tipos de prevención:



Universal: Este tipo de prevención se dirige a toda la población independiente del nivel de riesgo al que esté expuesto. Las estrategias inciden sobre una serie de factores de riesgo y protección que generalmente están identificados.

Selectiva: Se refiere al conjunto de acciones que están dirigidas a un subgrupo de la población y que pueden tener un mayor riesgo de usar sustancias psicoactivas. Este tipo de prevención se orienta a grupos que se encuentra en un nivel de riesgo específico.



Indicada: Es dirigida a un subgrupo específico de la población que tienden a ser usuarios habituales con riesgo a ser usuarios dependientes y problemáticos de sustancias psicoactivas.

Prevención Basada en la Evidencia (PBE): Enfoque que reconoce la necesidad de diseñar los programas y estrategias, a través de la investigación experimental y da cuenta de las características de la población y la experiencia desarrollada.



Algunos objetos de la prevención:

- Retrasar la de edad de consumo de sustancias psicoactivas.
- Limitar el número y tipo de sustancias utilizadas.
- Evitar la transición del uso de sustancias hacia el abuso y dependencia.
- Potenciar factores de protección.

- Disminuir los factores de riesgo para el consumo de sustancias psicoactivas.
- Modificar las condiciones entorno sociocultural y proporcionar alternativa de vida saludables.

Fuente: Becoña (2002).

Factores de protección

Factores de riesgo: "un atributo o característica individual, condición situacional o contexto ambiental que incrementa la probabilidad de inicio del uso o abuso de drogas o una transición en el nivel de implicación con las mismas" (Clayton, 1992, citado por Becoña, 2002, p. 106).

Factor de protección: Los factores protectores son las características o atributos individuales, familiares o sociales, que reducen la posibilidad de abuso o dependencia a las sustancias psicoactivas.

	Protección	Riesgo
Hogar	◆ Fortalecimiento de la cohesión y los vínculos familiares. ◆ Creación de oportunidades reales para la implicación activa de la familia. ◆ Promoción de la supervisión parental en las actividades y conductas cotidianas. ◆ Fomento de una comunicación asertiva dentro del núcleo familiar. ◆ Adopción de una postura clara y coherente frente al consumo de sustancias psicoactivas.	◆ Historia familiar de consumo de sustancias psicoactivas ◆ Relaciones afectivas y comunicación deficientes ◆ Conflictos familiares ◆ Limitada supervisión familiar ◆ Falta de disciplina familiar ◆ Inconsistencia en las normas y manejo familiar ◆ Actitudes favorables hacia el consumo
Educativo	◆ Oportunidades para la implicación en la escuela. ◆ Rendimiento escolar exitoso. ◆ Políticas claras con relación al consumo de sustancias psicoactivas. ◆ Espacios de implicación con la familia	◆ Indisciplina en la escuela ◆ Tipo y tamaño de escuela ◆ Bajo cumplimiento de las políticas escolares ◆ falta de compromiso o interés por la escuela. ◆ Fracaso escolar ◆ Abandono escolar ◆ comportamientos desafiantes y disruptivos
Comunitario	◆ Normas, creencias y estándares para el control del consumo de sustancias psicoactivas. ◆ Sistema de apoyo externo positivo ◆ Oportunidades para implicarse en la comunidad ◆ Apoyo y recursos formales e informales a las familias	◆ Leyes y normas favorables hacia el uso de sustancias psicoactivas ◆ Deprivación económica y social ◆ Disparidades en el acceso a servicios de salud ◆ Disponibilidad de sustancias psicoactivas ◆ Baja persepción social de riesgo ◆ Carencia de vinculación social
Laboral	◆ Entorno laboral seguro y saludable ◆ Satisfacción con roles y funciones laborales ◆ Autoeficacia laboral ◆ Comunicación fluida al interior del entorno. ◆ Condiciones laborales ◆ Claridad frente a la política de consumo de sustancias psicoactivas en el entorno laboral	◆ Tensión laboral ◆ Tareas rutinarias y monótonas ◆ Insatisfacción laboral ◆ Jornadas laborales extensas ◆ Trabajos dependientes de las relaciones sociales ◆ Largas ausencias de casa ◆ Fatiga laboral ◆ compañeros consumidores ◆ Disponibilidad en el medio laboral ◆ Sentimientos de infravaloracion

Paso 1:
Lista de chequeo

1. ¿En cuáles de esos lugares te sientes mejor y en cuáles no te sientes tan a gusto?

2. Se identifica la problemática ¿por qué se consumen drogas en la comunidad? ¿Qué factores de riesgo y de protección están involucrados?

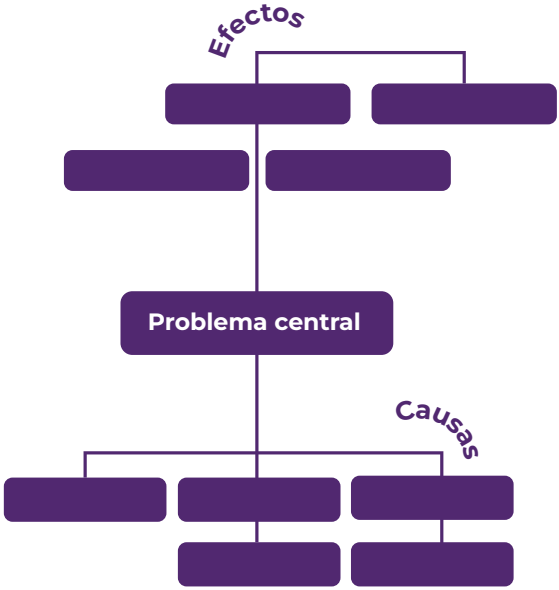
3. Se delimita el grupo objetivo.

4. Se elige el nivel de intervención (universal, selectiva o indicada).

5. Se reconoce el entorno prioritario.

6. Se conocen los posibles obstáculos (culturales, técnicos).

Podemos utilizar el formato de árbol de problemas para abordar lo antes mencionado.



Ejercicio 2: Cartograma de lugares de riesgo.

En una hoja de papel, identifica los lugares que frecuentas en tu vida cotidiana. Tómate el tiempo necesario para reflexionar sobre cuáles de esos espacios te generan bienestar y cuáles te hacen sentir incómodo o inseguro. Considera si en alguno de ellos podrías estar expuesto a situaciones que comprometan tu integridad física o emocional, como el consumo de sustancias psicoactivas, violencia u otros riesgos.





Implementación de la Zona de Orientación Escolar

La Zona de Orientación es una estructura permanente diseñada para funcionar como un espacio de interacción activa entre los distintos actores de la comunidad educativa. Su propósito es favorecer la articulación y colaboración entre docentes, estudiantes, personal administrativo y actores del entorno escolar. Está concebida como un entorno relacional —y en algunos casos físico— donde confluyen servicios como acogida, escucha activa, acompañamiento, mediación, formación y derivación a redes sociales o de salud, a fin de fortalecer la cohesión, prevenir vulnerabilidad y mejorar la calidad de vida de todos los miembros involucrados.

Horarios de Atención

- Tendrá tiempos definidos que deberán ser conocidos por todos.
- Tiempos espontáneos en momentos como descansos o pasillos, permitiendo que las personas busquen apoyo en situaciones que lo requieran.
- cualquier actividad especial debe ser informada con anticipación para asegurar la participación y el beneficio de todos.

Espacios y Lugares

- Un espacio específico dentro del colegio que garantice confidencialidad y seguridad.
- Espacios recreativos, aulas, corredores y bibliotecas.
- Encuentros comunitarios para fortalecer la relación con líderes del sector y redes sociales.

Recursos Necesarios



1. Recursos Humanos: Se requiere un equipo activo que comprenda y promueva la propuesta, realizando labores de escucha y orientación.
2. Recursos Estructurales: Un salón específico para la atención, equipado con computador, papelería y mobiliario adecuado.
3. Recursos Logísticos: Información sobre propuestas del territorio para articular acciones y procesos.



Acciones de Visibilidad

Es crucial ganar reconocimiento en el entorno, contribuyendo a la mitigación de problemas tanto en la comunidad educativa como en el ámbito municipal. Algunas estrategias incluyen:

- Presentación de proyectos
- Investigación contextual
- Material publicitario (plegables, volantes)
- Distribución de material educativo
- Mensajes por correo electrónico
- Actividades culturales (teatro, canciones)
- Visitas domiciliarias
- Otros

Estas son algunas estrategias

Se pueden desarrollar estrategias formales como:

- Foros de discusión o reflexión pedagógica sobre temáticas diversas (sexualidad, violencia, resolución de conflictos, proyectos de vida, conciliación, derechos humanos, entre otros).
- Talleres
- Capacitaciones
- Conferencias

Estrategias Informales:

- Cine foro
- Videos
- Salidas de campo y pedagógicas
- Mensajes relacionados con temas específicos
- Conversaciones de persona a persona
- Murales donde las personas escriban el sentido y el significado de la Zona de Orientación o de temas que se deseen profundizar



Servicios Ofrecidos

La Zona de Orientación Escolar ofrece:

1. Estrategias de prevención del consumo de SPA

• Enfoque en prevención selectiva e indicada sobre sustancias psicoactivas, incluyendo escucha activa, detección, acompañamiento y canalización hacia servicios adecuados.

2. Salud mental y primeros auxilios psicológicos

• Talleres formativos en primeros auxilios psicológicos, así como capacitación en promoción de la salud mental y reducción del estigma.
• Se incluyó formación en habilidades para la vida (inteligencia emocional, liderazgo, proyecto de vida).

3. Instalación de redes y trabajo comunitario

• Formación para articular la red de apoyo entre actores educativos (docentes, familias, servicios de salud, comunidad local).

4. Intervenciones socioculturales

• Acciones orientadas a transformar representaciones sociales vinculadas al consumo y fortalecer los valores comunitarios y de convivencia.

Bibliografía:

Becoña, E. (2002). Bases científicas de la prevención de las drogode pendencias. Universidad de Santiago de Compostela.
Mansilla, J. C. (2017). Detección de necesidades, selección de población objetivos y valoración de la viabilidad. En Programa de Cooperación entre América Latina, el Caribe y la Unión Europea en Políticas sobre Drogas (COPOLAD) (Eds.), Consumo de alcohol otras drogas: prevención basada en la evidencia. COPOLAD.

SALUD

Salud Centro
Red de Salud del Centro E.S.E.

ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

En-torno
a tu salud mental



SALUD

Salud Centro
Red de Salud del Centro E.S.E.

ALCALDÍA DE
SANTIAGO DE CALI

En-torno
a tu salud mental