

10° Congreso Argentino y 5° Latinoamericano de Educación Física y Ciencias

10° CONGRESO ARGENTINO Y 5° LATINOAMERICANO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y CIENCIAS

3.B. Mesa de Trabajo: Promoción de la salud en ámbitos educativos

a. **Título:** TALLER DE PREVENCIÓN DEL ALCOHOLISMO PARA ADOLESCENTES

b. **Autor:** JOSÉ SEILICOVICH.

EMAIL: joseili3@hotmail.com

Setiembre 2013

Resumen:

Este taller se realiza en establecimientos educativos de nivel secundario de Mar del Plata, con padres y alumnos de 1° año de la EES, ante la detección de casos de estudiantes que se presentaban alcoholizados a las clases de Educación Física o no asistían a las mismas, por haberse alcoholizado la noche anterior.

Después de realizar este taller en los últimos 4 años, nos encontramos con un obstáculo importante y es la poca participación e interés de los padres, ya que del total de alumnos invitados, concurre un 90% de estudiantes y solo un 6% de padres.

La idea del taller es trabajar en conjunto con los integrantes de cada grupo familiar, primero, conociendo como se fabrican las distintas variedades de bebidas alcohólicas, y en segundo lugar los efectos que produce la ingesta de las mismas. También la posible complicidad que pueden tener algunos padres, al permitir que sus hijos realicen “la previa” en su casa, creyendo que es “mas seguro y económico”, queriendo convertirse en “papá amigo”, Se utilizan imágenes y pequeños videos sobre situaciones en donde hay alcohol, de esta manera se pone en primer plano diferentes contextos de personas alcoholizadas, analizándose la importancia de la prevención, en sus distintos niveles de intervención, como así también la importancia del trabajo en equipo (profesores, padres y estudiantes), poniéndose de relieve estas conductas de riesgo, proponiendo una vida sana a través de la gimnasia, el juego y el deporte.

Palabras Claves: Adolescencia – Alcoholismo – Prevención

Trabajo:

Hace unos años vengo notando en mis clases de Educación Física de nivel secundario, que varios estudiantes asisten con una dosis de embriaguez en el horario de la mañana, por lo general los días lunes o después de algún feriado, como así también un pronunciado ausentismo por el mismo motivo.

Conversando con los estudiantes me comentaron con un tono de “normalidad” que la noche anterior salieron y antes de ir a bailar se juntan en la casa de alguno de ellos para hacer “la previa”, porque en los boliches no les venden alcohol o es muy caro.

Esto me hizo reflexionar que no solo el Estado debe controlar los lugares donde se vende bebida alcohólica sino que la familia esta muy lejos del cuidado y la protección de sus hijos, ya que por el solo echo de que puedan realizar la previa en sus casas, se convertirían en cómplices de este suceso. Muchas veces los Padres para tratar de acercarse a sus hijos les permiten realizar este tipo de reuniones con sus amigos, seguramente poniéndose el cartel de padre piola y amigo. El riesgo que se correría con ello es que, si los padres pasan a ser amigos de sus hijos, dejan a estos huérfanos, pudiéndose llegar a una realidad social de no saber diferenciar un NO de protección de un NO autoritario.

Lo hasta aquí mencionado me llevo a sentir la necesidad de hacer algo.

Pensando desde que lugar la educación física podría posicionarse para trabajar este tema, me di cuenta que no podíamos dar respuesta a esta problemática, desde una única mirada, siendo por ello necesario abordarla desde una perspectiva integral, trabajando de manera conjunta con los distintos representantes del establecimiento educativo, la familia y los estudiantes, como así también de manera interdisciplinaria, con diferentes disciplinas, entre ellas la educación física, la medicina, la psicología, la sociología, etc.

Luego de participar de algunos cursos de prevención de drogas, charlas con médicos sobre este tema, decidí tomar la posta y empezar a transmitir estos saberes compartiéndolos con las familias de mis estudiantes y con ellos. Después de conversar con varios profesionales de la salud, llegamos a la conclusión que una de las causas es la falta de información, entonces comencé

a armar el taller, con la idea de realizarlo en la escuela, el que consistía en las siguientes actividades:

Taller

Actividad introductoria

PRESENTACIÓN del Taller, de sus objetivos (de manera clara y sencilla).

LLUVIA DE IDEAS: Sobre un pizarrón, papel afiche o pantalla, se van anotando palabras o frases que surjan espontáneamente, asociadas al vocablo “alcohol”.

Desarrollo

Se divide al conjunto de los asistentes en grupos más pequeños. A cada equipo se le entregará una consigna, con un tiempo estipulado para trabajar. Al cabo del mismo, deberán presentar lo realizado al resto de los participantes en una puesta en común. Las distintas actividades se seleccionan en virtud del número de asistentes al taller.

Grupo A: Mitos y creencias acerca del consumo de alcohol. Indicar si son verdaderas o falsas una serie de afirmaciones que se les entregan por escrito, argumentando por qué.

Grupo B: Mapa mental. Dibujar el “recorrido” de una salida típica del fin de semana en la que se incluye el consumo de alcohol, con los distintos puntos intermedios o “nodos”, acompañado de frases que indiquen cómo se van sintiendo hasta que regresan a sus hogares o a la casa de algún amigo.

Grupo C: Dramatización: La “previa” en una casa “libre de adultos”. Organizar una representación breve de una reunión pre-boliche en la que esté presente el consumo de bebidas alcohólicas, que será actuada luego frente a los demás grupos.

Grupo D: Disparadores de ideas: Descubrir los mensajes subyacentes en la publicidad gráfica de bebidas alcohólicas que aparecen en diarios y revistas.

Cierre

Puesta en común de lo trabajado en cada grupo, con comentarios.

Actividad final

A continuación se trabajará a través de un Power Point, los distintos tipos de bebidas alcohólicas y como es su proceso de elaboración y su graduación alcohólica, donde se comprenderá cual es el porcentaje de alcohol que contienen y cuales son los efectos que produce en el organismo.

Elegí varios videos publicitarios, la mayoría españoles, ya que ahí noté que hay una fuerte campaña contra el alcoholismo, donde se ven personas alcoholizadas, las conductas que tienen y sus reacciones, ya sea en fiestas, conduciendo, etc, etc. También se muestran fotos que tienden a involucrar a los padres en esta problemática, poniendo en juego su responsabilidad con la misma, fotos donde se muestran las conductas ridículas por las que se pueden pasar y las situaciones de peligro a las que se podrían exponer. También vemos estadísticas de inicio de edad del consumo de alcohol, donde se sorprenden al conocer casos de niños de 10 años alcoholizados.

En una segunda parte del Power Point, trabajamos cual es el % de alcohol que se necesita ingerir para llegar a producirse un coma alcohólico, la primer sorpresa que se llevan es haciendo una simple cuenta de regla de tres simple, que con 1 ½ lts de vino ingerido en menos de una hora pueden entrar en coma alcohólico, ni hablemos de fernet, vodka o whisky. En general en esta parte los jóvenes comentan que toman alcohol para animarse a hacer cosas que en estado normal no lo harían, y una de las cosas que comentan es que así se animan a “encarar a la chica o chico que le gusta”. Cuando comentamos que el alcohol es una droga depresora, si bien baja las barrera inhibitoria, no van a pasar de esa situación, pues ellos dicen que encaran para levantarla y tener sexo, claro que alcoholizado el Sistema Nervioso Central no puede dar la orden

de erección, ahí se produce, como es lógico risas, miradas cómplices y asombro.

Mas tarde trabajamos en el como actuar en caso de encontrarnos en una situación donde un amigo o familiar está alcoholizado, rompiendo los mitos de darle café, bañarlo, etc, etc.

Y por último vemos un video de una historia de vida, donde una joven sufre un incidente automovilístico cuando se cruza con un joven conductor totalmente ebrio.

Cerrando el taller, se abre un momento de debate, con la intención de continuar la charla, cada familia en sus hogares.

También se deja en claro que embriagarse no significa ser un enfermo alcohólico, pero si no se toma conciencia a tiempo, es como cualquier otra droga, se puede llegar a ser un adicto.

Conclusiones:

Una vez puesto en marcha este taller, me encontré con respuestas y resultados muy significativos. De la invitación a 100 estudiantes de 1° año y a sus padres, asistieron 96 estudiantes y solo 7 padres, relación de asistencia que en general se mantuvo en todos los encuentros, quiero aclarar que el horario de los encuentros que estipulamos con la Dirección de la escuela fue a partir de las 16 hs., para que la jornada laboral de los padres no impidiera su asistencia. Esto demuestra, tal vez, el poco compromiso que tienen los padres con las propuestas de la escuela, la consideración de la escuela como “guardería”, o el no creer que esta problemática sea relevante.

Con los directivos de las escuelas obtuve todo su interés y apoyo desde la logística, pero no advertí compromiso e interés en el seguimiento de la problemática de los estudiantes, a pesar de su preocupación inicial.

La puesta en marcha del taller y la consideración, a partir del mismo, de que el consumo de alcohol adolescente es una problemática necesaria de ser abordada, hizo que se comentara y difundiera entre directivos y colegas de otras escuelas y me invitaran a realizarlo. Otro de los resultados obtenidos fue

que, la relación con los estudiantes que asistieron a los talleres, se fue modificando durante el año lectivo, generándose un vínculo de confianza con ellos y una relación más estrecha. Esta situación resulta beneficiosa, pues ellos me ubican desde un supuesto saber y un lugar de escucha en donde se sienten contenidos, poniéndome como referente en esta problemática, lo que me permite erigirme en agente de prevención.

Durante la realización del taller he notado en general en los educandos mucho interés sobre el tema como así también mucho desconocimiento de las consecuencias presentes y futuras a partir del consumo excesivo de sustancias etílicas.

Les divertía mucho el grupo que tenía que hacer el role playing y la mayoría se sentían muy identificados con lo que se exponía, la situación de juego permitió un clima de mayor distensión, pudiendo poner así, en palabras, con mayor libertad y menores prejuicios, las dudas o las experiencias vividas.

No tengo una estadística hecha, pero si he notado que desde hace unos años, desde que comencé a dar estos talleres en la escuela, la inasistencia por “resaca del fin de semana” ha disminuido bastante y la relación entre los estudiantes y sus padres, para conmigo se hizo mas cercana.

BIBLIOGRAFIA

1. Schuckit M, Alcohol y Alcoholismo. En: Fauci A, Braunwald E, de Harrison Principios de medicina interna. 14ta ed. Madrid: Mac graws-Hill Interamericana, 1996: vol 2: 2850-2856.
2. Hobbs W, Rall T, Verdoorn T. Hipnóticos y sedantes; Etanol. En: Goodman & Gilman, Las bases farmacológicas de la terapéutica, 9na ed. Texas: Mac graws-Hill Interamericana, 1996: vol.1: 411-417.
3. Velásquez de Pabón E. Alcoholismo. En: Toro R y Yepes L. Fundamentos de Medicina: Psiquiatría. 3ra ed. Texas: MC Graw-Hell Interamericana, 1997: 67-80.
4. González Menéndez R. Cómo librarse de los hábitos tóxicos, guías para conocer y vencer los hábitos tóxicos provocados por el café, tabaco y el alcohol. Rev. Cubana Med. Gen. Integr., 1995: 11(3):253-84.

5. Mazzaro B. Alcoholismo. Revista del hospital psiquiátrico San Francisco de Asis. Corrientes, 1997: Vol. 1: 5-11.
6. Oliva Agüero C. Alcohol? Claro que no. Educación. Buenos Aires, 2001: Vol.102: 44-6.
7. Paris M, Cerda S. Intoxicaciones más frecuentes: Alcohol. En: Meneghello R. Pediatría. 5ta ed. Buenos Aires: Panamericana, 1997: Vol 2 .2654-5.
8. Hales R, Yudofsky S. Trastornos por uso de alcohol y otras sustancias psicoactivas. Tratado de Psiquiatría.2da ed. Buenos Aires: Ancora S.A, 1998:62-70.
9. López J, Antolín N, Barceló M, Pérez M. Consumo de alcohol en los escolares de un área de salud: hábitos y creencias. Atención Primaria. Buenos Aires, 2001: Vol. 27:159-65.
10. González R. Alcohol y otras drogas. Adiciones. Santiago de Cuba: Edith Oriente, 1998:Vol 25: 27-30.
11. Carlos Schaffer, Valeria Arizaga, Malvina Albarenque, Beatriz Haseitel
Revista de Posgrado de la Vía Cátedra de Medicina - N° 139
ALCOHOLISMO EN LA ADOLESCENCIA Pág. 24-28