

Talleres educativos para la prevención de las adicciones a sustancias en adolescentes

Educational Workshops for the Prevention of Substance Addictions in Adolescents

Anabel González Domínguez. Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona, Facultad de Ciencias de la Educación: Carrera Pedagogía – Psicología

glez.anabel18@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-9683-3927>

Dr C. Yohani de los Santos Pedroso. Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona, Facultad de Ciencias de la Educación: Carrera Pedagogía – Psicología

santosp@ucpejv.edu.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6022-6824>

Recibido: noviembre 2025

Aprobado: enero 2026

RESUMEN

La adolescencia media es un periodo vulnerable donde los jóvenes consolidan su identidad mientras enfrentan riesgos asociados al consumo de sustancias. Ante esta problemática, el estudio se desarrolla en el Instituto Preuniversitario “Carlos Manuel Calcines Pérez”, ubicado en un contexto socioeconómico complejo donde se identificaron estudiantes de 10mo grado con hábitos de riesgo. El objetivo general de la investigación es diseñar talleres educativos que fortalezcan conocimientos, habilidades socioemocionales y la toma de decisiones responsables para prevenir las adicciones. La metodología empleada responde a un enfoque mixto. En el plano cualitativo se realizaron entrevistas a docentes y observaciones

ABSTRACT

Middle adolescence is a vulnerable period in which young people consolidate their identity while facing risks linked to substance use. This study takes place at the “Carlos Manuel Calcines Pérez” Preuniversity Institute, located in a socioeconomically challenging context where students in 10th grade presented risk behaviors. The general objective of the research is to design educational workshops that strengthen knowledge, socio-emotional skills, and responsible decision-making to prevent substance addictions. The methodology follows a mixed-methods approach. Qualitative techniques included interviews with teachers and systematic observation of the school environment to

del entorno escolar para comprender dinámicas sociales vinculadas al consumo. En la dimensión cuantitativa se aplicaron encuestas y pruebas diagnósticas que permitieron identificar percepciones, actitudes y niveles de conocimiento de los adolescentes sobre sustancias legales e ilegales. A partir de este diagnóstico, se elaboró una propuesta de siete talleres secuenciales basados en metodologías activas y participativas, orientados al desarrollo de habilidades socioemocionales, la comunicación asertiva y la autorregulación emocional. Estos espacios buscan fortalecer la percepción de riesgo, promover conductas protectoras y consolidar una cultura preventiva dentro del contexto escolar. La propuesta constituye una vía contextualizada y aplicable a escenarios educativos similares.

Palabras clave: adolescencia, prevención, adicciones, talleres educativos, habilidades socioemocionales

understand social dynamics related to consumption. On the quantitative side, surveys and diagnostic instruments were applied to identify perceptions, attitudes, and levels of knowledge among adolescents regarding legal and illegal substances.

Based on this diagnosis, a proposal of seven sequential workshops was developed, using active and participatory methodologies aimed at fostering socio-emotional regulation, assertive communication, and critical reflection. These educational spaces seek to increase risk perception, promote protective behaviors, and strengthen a preventive culture within the school. The proposal represents a contextualized strategy that may be applied to similar educational settings.

Keywords: adolescence, prevention, addictions, educational workshops, socio-emotional skills

INTRODUCCIÓN

La adolescencia media es una etapa caracterizada por la búsqueda de identidad y aceptación, donde muchos jóvenes asumen conductas de riesgo como el consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras sustancias, así como el uso excesivo de redes sociales y videojuegos. Estas prácticas, vistas por los adolescentes como señales de autonomía, generan consecuencias negativas en lo físico, emocional, familiar, escolar y social, convirtiéndose en un problema global de salud pública.

El consumo de sustancias en adolescentes se reconoce hoy como un fenómeno que afecta tanto a países desarrollados como en vías de desarrollo. Esta realidad exige estrategias preventivas integrales, basadas en la educación, la intervención temprana, el fortalecimiento familiar y comunitario, y políticas públicas efectivas. En Cuba, si bien se

han implementado acciones estatales de control y programas educativos en coordinación con organismos de salud y educación, persisten dificultades en contextos de riesgo como el municipio San Miguel del Padrón.

Diversos estudios nacionales e internacionales (Lorenzo, 2023; Pulido et al., 2024; Rodríguez et al., 2023) han señalado que las adicciones en adolescentes están asociadas a factores psicosociales como la desestructuración familiar, baja autoestima, presión de grupo y ausencia de habilidades socioemocionales. Asimismo, se resalta la necesidad de fortalecer la comunicación afectiva entre padres e hijos, promover entornos escolares saludables y garantizar un abordaje integral desde la escuela, la familia y la comunidad.

Esta investigación se centra en el Instituto Preuniversitario “Carlos Manuel Calcines Pérez”, ubicado en el barrio San Francisco, un contexto con dificultades socioeconómicas y alta presencia de consumo y venta de sustancias. Allí se identificaron estudiantes de 10mo grado con hábitos de riesgo, lo que repercute en la disciplina, el rendimiento académico y la convivencia escolar.

Ante esta situación, se formula como problema científico: ¿Cómo contribuir a la prevención de las adicciones de sustancias nocivas en los estudiantes de 10mo grado del Instituto Preuniversitario Carlos Manuel Calcines Pérez? El objeto de estudio son las adicciones en adolescentes; el campo de acción, su prevención; y el objetivo general, diseñar talleres educativos que fortalezcan conocimientos, habilidades socioemocionales y toma de decisiones responsables para reducir el riesgo de adicciones.

DESARROLLO

Las adicciones se entienden como un trastorno multifactorial que la OMS (2010) define Las adicciones se entienden como un trastorno multifactorial que la OMS (2010) define como una enfermedad crónica del cerebro caracterizada por la búsqueda y el consumo compulsivo de drogas a pesar de sus efectos negativos. En este trabajo se abordan exclusivamente las adicciones con sustancia —legales como alcohol y tabaco, e ilegales como marihuana, LSD/“papelito” y el “químico” con posibles derivados de fentanilo— por su incidencia en la adolescencia media y su impacto en salud pública. El alcohol interfiere

con la maduración cerebral, afecta el control emocional y el desempeño académico; el tabaco deteriora funciones respiratorias y cardiovasculares; y los alucinógenos/sintéticos pueden desencadenar crisis de ansiedad, psicosis aguda y riesgo de sobredosis (NIDA, s.f.; UNODC, 2023; Verywell Health, 2024). En el contexto nacional también se observa uso indebido de psicofármacos sin prescripción, lo que amplía la magnitud del problema.

Las consecuencias del consumo abarcan daños físicos y neurológicos, afectaciones psicológicas como ansiedad, depresión y pobre autorregulación, deterioro social por aislamiento y estigmatización, y afectación académica traducida en baja concentración, ausentismo y repitencia; incluso pueden emerger riesgos e implicaciones legales vinculados a tenencia o distribución (Rodríguez, Quiroz, Ramírez y Lino, 2023; OPS, 2009; Becoña, 2000). La combinación de vulnerabilidad biológica y entornos de alto riesgo acelera la consolidación de patrones adictivos si no se interviene tempranamente.

En la adolescencia media (14–16 años), según la OMS (2010), confluyen cambios biológicos, cognitivos y socioemocionales: se construye la identidad, emerge el pensamiento abstracto y aumenta la necesidad de pertenencia; sin embargo, la autoimagen frágil, la búsqueda de aceptación y la menor supervisión adulta incrementan la probabilidad de iniciar el consumo (Castro & Gómez, 2020; Lorenzo, 2020). En contextos de pobreza, desestructuración familiar y limitado acceso a salud mental, los riesgos se intensifican (Pulido, Hernández & López, 2024). El acompañamiento empático de familia y escuela protege la identidad y la proyección de futuro; su ausencia favorece la evasión mediante sustancias (Gómez & López, 2017; Rodríguez, Martínez & Suárez, 2023; Becoña, 2000).

Ante este diagnóstico, se declara como problema científico: ¿Cómo contribuir a la prevención de las adicciones de sustancias nocivas en los estudiantes de 10mo grado del Instituto Preuniversitario Carlos Manuel Calcines Pérez? El objetivo general es diseñar talleres educativos que fortalezcan conocimientos, actitudes y habilidades socioemocionales para reducir la vulnerabilidad frente al consumo. La idea a defender es que la implementación de estos talleres, a través de espacios participativos y de reflexión, contribuirá a transformar percepciones y conductas en el contexto escolar.

La metodología de investigación contempla un enfoque mixto. Desde la perspectiva cualitativa, se emplean entrevistas a docentes y observación en el entorno escolar para comprender las dinámicas sociales vinculadas al consumo. En el plano cuantitativo, se aplican encuestas y pruebas diagnósticas que permiten identificar patrones, actitudes y niveles de conocimiento en los adolescentes. Las dimensiones de análisis abarcan la percepción del entorno respecto al consumo, las actitudes frente a las drogas, el nivel de conocimiento sobre sustancias legales e ilegales, y las manifestaciones de dependencia en los estudiantes. Esta evidencia se organiza en factores familiares (disfunción y baja supervisión), individuales (impulsividad y problemas emocionales), sociales (presión de pares y necesidad de validación) y escolares (desmotivación y ausencia de programas preventivos), donde las conductas tienden a normalizarse como cultura de evasión en contextos vulnerables (Rodríguez, Quiroz, Ramírez y Lino, 2023; Lorenzo, 2020; Pulido, Escobar & Méndez, 2024).

A partir de estos hallazgos, se diseñó una propuesta de siete talleres secuenciales orientados a la prevención. Estos talleres están diseñados para abordar de manera progresiva la conceptualización de las drogas y sus riesgos, la influencia de la presión de grupo, el desarrollo de la autorregulación emocional y el fortalecimiento de la comunicación asertiva. La secuencia incluye actividades de reflexión, dinámicas grupales y ejercicios prácticos que buscan dotar a los estudiantes de herramientas para enfrentar situaciones de riesgo, fomentar la empatía y construir redes de apoyo dentro de la escuela y la comunidad. Estos espacios pedagógicos intencionados, con aprendizaje significativo, se apoyan en metodologías activas que priorizan el desarrollo de habilidades más que la transmisión de contenidos (Silva Trujillo, Vernaza Arroyo & López Toranzo, 2019; Pulido, De San Jorge, Morales & Peregrina, 2024a).

El enfoque preventivo adoptado es integral y contextualizado: interviene de forma coordinada en el adolescente, su familia, la escuela y la comunidad (OMS, 2010; OPS, 2009), incorpora intervención temprana para evitar cronificación (Becoña, 2000), cuida la pertinencia cultural mediante recursos atractivos y accesibles, y establece evaluación continua para ajustar contenidos y metodologías (Martínez & López, 2016). Con este marco, la propuesta busca disminuir la exposición, desnaturalizar mitos, elevar la

percepción de riesgo y fortalecer la autoeficacia para rechazar el consumo, alineando teoría, diagnóstico y acción educativa en el contexto del Instituto Preuniversitario “Carlos Manuel Calcines Pérez”.

Como ejemplo de esta secuencia, se presenta el Taller 4: “Tomando el control: habilidades para decir NO”. Este taller tiene como objetivo central fortalecer la comunicación asertiva como recurso clave para resistir la presión de grupo, uno de los factores desencadenantes más mencionados por los propios adolescentes. La metodología empleada es participativa, práctica y vivencial. Inicia con una dinámica de reacciones rápidas frente a frases de presión, que permite a los estudiantes identificar si sus respuestas fueron pasivas, agresivas o asertivas. Posteriormente, mediante una breve explicación guiada, se presentan los tres estilos comunicativos, destacando las características y consecuencias de cada uno. La actividad central consiste en juegos de roles donde los adolescentes dramatizan situaciones de presión social y practican la comunicación asertiva a través de contacto visual, lenguaje corporal seguro y frases cortas y firmes. Para consolidar el aprendizaje, se entregan “tips prácticos” escritos en la pizarra como referentes fáciles de recordar, y cada estudiante crea su propia “frase de poder” que refuerza su decisión personal de rechazar el consumo.

Este taller fomenta la comunicación práctica, la confianza y la autoestima como bases de resiliencia frente a la presión social. Al trabajar con situaciones cotidianas, asegura un aprendizaje aplicable que impulsa a los adolescentes a reconocerse como agentes de su propio cuidado, capaces de identificar riesgos y tomar decisiones firmes ante el consumo de drogas. Los talleres anteriores se centran en el reconocimiento del entorno, la identificación de mitos y realidades sobre las drogas y la reflexión sobre los factores sociales y emocionales que influyen en el consumo, mientras que los posteriores fortalecen la autorregulación emocional, la capacidad de pedir ayuda y la toma de decisiones responsables. En conjunto, esta secuencia pedagógica permite avanzar desde la sensibilización inicial hasta el desarrollo de competencias concretas de autocuidado y resiliencia, consolidando un proceso educativo integral de prevención de adicciones en la adolescencia.

CONCLUSIONES

Las adicciones en la adolescencia son un fenómeno complejo determinado por factores individuales, familiares, escolares y comunitarios que aumentan la vulnerabilidad en esta etapa de búsqueda de identidad y pertenencia. El diagnóstico en el Instituto Preuniversitario Carlos Manuel Calcinés Pérez evidenció bajo conocimiento sobre los efectos de las drogas, escasa percepción del riesgo y la influencia negativa del entorno familiar y social. Ante esta realidad, se diseñó una propuesta de siete talleres progresivos de 45 minutos que integran lo cognitivo, emocional y actitudinal, constituyendo una vía contextualizada para fortalecer la cultura preventiva y promover en los adolescentes competencias que les permitan enfrentar con mayor seguridad las presiones asociadas al consumo de sustancias. De este modo, la propuesta no solo atiende las necesidades detectadas en el contexto escolar, sino que también constituye un referente aplicable a otros escenarios similares.

BIBLIOGRAFÍA

- Becoña Iglesias, E. (2000). Bases psicológicas de la prevención de las drogodependencias. Ediciones Pirámide.
- Castro, M., & Gómez, L. (2020). Adolescencia y factores de riesgo: una mirada educativa. Editorial Ciencias Sociales.
- Gómez, J. P., & López, M. F. (2017). Intervención psicológica en adicciones y conductas de riesgo en adolescentes. *Revista de Psicología*, 29(3), 67–82.
- Lorenzo, K. (2020). Adicciones en adolescentes: factores de riesgo y/o protección [Tesis de grado, Universidad de La Laguna]. Facultad de Psicología y Logopedia.
- Lorenzo, A. (2023). Adolescentes y conductas de riesgo: elementos psicológicos y sociales. *Revista de Psicología Aplicada*, 29(3), 95–110.
- Martínez, F., & López, J. (2016). El impacto de los talleres de prevención en adolescentes: un análisis longitudinal. *Revista de Prevención Social*, 28(1), 102–115.

- National Institute on Drug Abuse (NIDA). (s.f.). Alucinógenos y drogas disociativas: LSD, PCP, ketamina y otros. <https://nida.nih.gov/sites/default/files/1113-alucingenos-y-drogas-disociativas.pdf>
- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC). (2023). Informe Mundial sobre las Drogas 2023. <https://www.unodc.org/unodc/es/data-and-analysis/world-drug-report-2023.html>
- Organización Mundial de la Salud. (2010). Preventing alcohol and drug use among youth. World Health Organization.
- Organización Panamericana de la Salud. (2009). Estrategias y programas de prevención de adicciones en adolescentes. OPS.
- Pulido, L. F., Ramírez-Rojas, A. M., & Quiroga-Barrera, D. (2024a). Factores protectores y estrategias preventivas frente al consumo de sustancias en adolescentes escolarizados. *Revista Colombiana de Psicología Comunitaria*, 12(1), 22–41.
- Pulido, S., Hernández-Barrios, S., & López-Vélez, K. (2024). Consumo de drogas: percepciones de padres y adolescentes en contextos escolares vulnerables. *Revista de Educación y Sociedad*, 16(1), 112–129.
- Pulido-Trujillo, M., Méndez-López, M., & Castellanos-Sandoval, M. (2024). Factores de riesgo y prevención en el consumo adolescente: una mirada desde el entorno social. *Revista Latinoamericana de Psicología Social*, 32(1), 45–62.
- Pulido-Trujillo, S., De San Jorge-Cárdenas, S., Morales-Contreras, M., & Peregrina-Martínez, D. (2024a). Factores de riesgo y protección frente al consumo de drogas en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología Preventiva*, 12(1), 34–49.
- Pulido-Trujillo, S., De San Jorge, X., Morales, N. I., & Peregrina, M. P. (2024b). Consumo de drogas: percepción de padres y adolescentes. *Revista Horizonte Sanitario*, 23(1). <https://revistahorizonte.ujat.mx>

- Rodríguez-Parrales, D. H., Rodríguez-Quiroz, A. I., Ramírez-Vélez, J. L., & Rodríguez-Lino, M. L. (2023). Drogadicción en los adolescentes: una amenaza latente. *Polo del Conocimiento*, 8(3), 2225–2242. <https://doi.org/10.23857/pc.v8i3.1234>
- Rodríguez-Parrales, M., Hernández-Cruz, D., & Suárez-Pérez, J. (2023). Familia, entorno comunitario y prevención del uso de drogas en adolescentes: análisis desde una perspectiva integradora. *Revista Cubana de Salud Pública*, 49(3), 310–324.
- Rodríguez-Parrales, R., Martínez-Arias, D., & Suárez-Valdés, F. (2023). Factores de riesgo para la adicción en los adolescentes: implicaciones familiares y escolares. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 39(2), 157–170.
- Silva Trujillo, A., Vernaza Arroyo, G. D., & López Toranzo, J. (2019). Talleres para la prevención de las adicciones en el contexto universitario de la carrera química. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*.
<https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/03/talleres-prevencion-adicciones.html>
- Verywell Health. (2024). Efectos del fentanilo en el cuerpo.
<https://www.verywellhealth.com/fentanyl-overdose-signs-4176035>