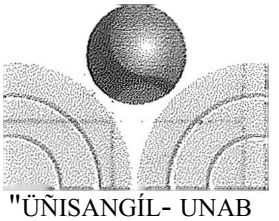
INTERVENCIÓN EN LOS ESTILOS DE APRONTAMIENTO ANTE EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS DE LOS INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE MEDIANA SEGURIDAD DE SAN GIL

PRESENTADO POR
EDITH JOHANNA MAYORGA VELÁSQUEZ

BAJO LA DIRECCIÓN DE LA PS. MARCELA ORDOÑEZ RODRÍGUEZ



"ÜÑISANGÍL- UNAB
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BUCARAMANGA- UNAB
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA UNAB EXTENSIÓN UNISANGIL
SAN GIL, NOVIEMBRE DE 2009

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Tabla de contenido

INTERVENCIÓN EN LOS ESTILOS DE APRONTAMIENTO ANTE EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS DE LOS INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE MEDIANA SEGURIDAD DE SAN GIL

DESCRIPCION DE LA INSTITUCIÓN 6

Reseña histórica 6

Misión 7

Visión 7

Objetivos estratégicos 8

Políticas institucionales 8

Valores corporativos 8

Metas 9

Sistema de tratamiento progresivo 9

P.A.S.O 12

Organigrama 14

JUSTIFICACIÓN 14

DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL 15

Realidad 15

Evaluación 19

Propuesta 20

OBJETIVOS 21

Objetivo general 21

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Objetivos específicos 21

MARCO TEÓRICO 21

Definición psicología social 21

Psicología de la salud 22

Estilos de afrontan! iento 23

Concepto SPA 24

Concepto marihuana 25

Cigarrillo 26

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES 30

ACTIVIDADES REALIZADAS 32

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 70

AGRADECIMIENTOS 71

REFERENCIAS 71

LISTADO DE APÉNDICES 73

LISTADO DE APÉNDICES

Apéndice A. Organigrama institucional 73

Apéndice B. Cronograma de actividades 74

Apéndice C. Inventario de drogas 79

Apéndice D. Dilema moral 87

Apéndice E. Folleto de drogas 88

Apéndice F. Formato de evaluación 1. 90

Apéndice G. Formato de evaluación 2. 91

Apéndice H. Sopa de letras 93

Apéndice I. Formato de evaluación 3. 94

Apéndice J. Formato de trabajo. 95

Apéndice K. Formato de trabajo. 96

Apéndice L. Formato de trabajo. 97

Apéndice M. Formato de trabajo. 98

Apéndice N. Formato de trabajo. 99

Apéndice 0. Formato de trabajo. 100

Apéndice P. Formato de trabajo. 101

Apéndice Q. Formato de trabajo. 103

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

LISTADO DE GRÁFICAS

Gráfica N. 1 105

Gráfica N. 2 105

Gráfica N.3 106

Gráfica N.4 106

Gráfica N.5 107

Gráfica N.6 107

Gráfica N, 7 108

Gráfica N.8 108

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

INTERVENCIÓN EN LOS ESTILOS DE APRONTAMIENTO ANTE EL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS DE LOS INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE MEDIANA SEGURIDAD DE SAN GIL

El ser humano ha sido dotado por naturaleza de un sinnúmero de habilidades, destrezas, actitudes, comportamientos, formas de pensar y de sentir, que le permiten interactuar en un medio determinado con personas, animales y cosas.

Las personas que están cumpliendo pena privativa de la libertad vivencian prolongados periodos de tiempo libre, circunstancia que puede generar sentimientos de angustia y ansiedad. Se hace necesaria la participación activa y continua del profesional en psicología que abra espacios de cambio con la implementación de nuevas herramientas que permitan el conocimiento de las formas en que se deben afrontar los problemas en busca de la mejor calidad de vida del interno.

Los anteriores factores y otros tantos que se presentan en el ámbito penitenciario, permiten la creación de una propuesta de promoción de la salud e intervención de acuerdo a las necesidades sentidas en dicho centro penitenciario orientada a la población carcelaria teniendo en cuenta ámbitos diferentes como lo es el social, el grupal e institucional.

De igual manera es importante destacar la labor del psicólogo pasante en la utilización de herramientas para evaluación, medición, diagnóstico e intervención como parte fundamental del conocimiento adquirido en las aulas de clases.

DESCRIPCIÓN DE LA INSTITUCIÓN

Reseña histórica

Esta es una institución de considerables años desde su inicio e instauración, todo empezó con la creación del Honorable Tribunal de Justicia de San Gil, la casa de la Municipalidad, situado en el costado occidental de la plaza pública, que se había convertido en Cárcel para aproximadamente 120 o 180 internos, con bastante incomodidad para los mismos. Aquel edificio construido en el siglo XVII, como orden del corregidor de Tunja en su visita a San Gil en 1.846, para Alcaldía y Cárcel, era muy pequeño pero bastaba para los escasos internos de aquellos tiempos.

Don Santiago Muñoz, benemérito ciudadano de San Gil, realizó la donación de un vasto terreno en el sector Montebrujas, para cimentar un edificio más apropiado para tal fin, la cual fue legalizada mediante la escritura pública número 621 del 20 de noviembre de 1.956. Por esto, una ampliación fotográfica de éste desprendido donante se encuentra situada en los pasillos del actual Establecimiento Penitenciario de San Gil. Don Santiago Muñoz murió un 14 de agosto de 1.770; y antes de este fatal acontecimiento obsequiaba cada año una novilla para la fiesta de las Mercedes patrona de los reclusos, tradición que ha seguido su esposa año tras año.

El día 29 de agosto de 1.959 se trasladó la Cárcel del Distrito Judicial de San Gil a su nuevo y amplio edificio; el 24 de septiembre inmediatamente siguiente, miles de personas acudieron a la fiesta patronal y a celebrar en forma solemne, la inauguración de la nueva Cárcel.

En la actualidad el Establecimiento Penitenciario de San Gil cuenta con un total de dos pabellones distribuidos de la siguiente manera, el Santander ubicado en la parte alta y el Bolívar en la parte baja con un total de 244 celdas que se encuentran habilitadas, así mismo cuenta con un único patio en donde conviven hasta la fecha 246 internos condenados por diferentes delitos, además se cuenta con varios talleres entre ellos: Coticería, Fiquería, Zapatería, Carpintería y espacios suficientes para el trabajo de artesanías. Este Centro Carcelario cuenta además con dos canchas de microfútbol una en tierra y otra en cemento, dos aulas escolares, una biblioteca y una Capilla, consolidándose como una instalación adecuada para el mantenimiento de los internos.

Misión

Dirigir el sistema penitenciario y carcelario, garantizando el cumplimiento de la pena privativa de la libertad, la detención precautelativa, la seguridad, la atención social y el tratamiento penitenciario de la población reclusa.

Visión

Es la construcción de una nueva cultura penitenciaria, con una organización moderna, humanizada, altamente efectiva y comprometida con el estado y sus

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

instituciones; mediante la gerencia de los recursos, orientada a la solución de la problemática penitenciaria en el campo de la seguridad y la resocialización.

Objetivos estratégicos

1. Cumplimiento de la ley.
2. Mejoramiento de la calidad.

Políticas institucionales

- Orden y autoridad en los establecimientos de reclusión.
- Modernizar la estructura orgánica y funcional del INPEC hacia un Estado comunitario.
- Diseñar y aplicar los perfiles de la población reclusa de acuerdo con lo previsto en la normatividad vigente.
- Privatizar algunos servicios de la administración de la pena.
- Fortalecer la seguridad, custodia y vigilancia del sistema penitenciario y carcelario.
- Fortalecer procesos psicosociales en la población interna.
- Formar, capacitar y actualizar al funcionario penitenciario y carcelario, hacia el compromiso y la excelencia.
- Fortalecer el desarrollo de los programas de atención integral y tratamiento penitenciario dirigidos a la población de internos.
- Definir e implementar programas de anticorrupción.
- Generar cultura de autocontrol.
- Clasificar la población reclusa.
- Generar alianzas estratégicas de mutuo apoyo.

Valores corporativos

- Lealtad: firmeza en la defensa de los intereses del Instituto, respetándolo con honor y sirviéndole con vocación.

- Respeto: actuar, reconociendo en sí mismo y en el otro, sus valores, derechos y diferencias.
- Honestidad: hacer lo que se debe hacer, obrando con rectitud, ética y moral.
- Responsabilidad: compromiso integral con el Instituto.
- Solidaridad: unión de esfuerzos en el cumplimiento de los objetivos del Instituto.

Metas

1. Incrementar la ocupación laboral y cobertura en educación.
2. Renovación administrativa del INPEC[1].
3. Privatización de algunos servicios del sistema.
4. Montaje y consolidación del sistema de inteligencia.
5. Convertir los establecimientos de reclusión en empresas productivas.
6. fusionar y suprimir establecimientos de reclusión de menor tamaño.
7. Capacitar y sensibilizar funcionarios penitenciarios en derechos humanos.
8. Definir los perfiles de la población interna y los establecimientos de reclusión.
9. Consolidación de un sistema interconectado, estadístico, confiable y funcional.
10. Participación ciudadana a través del programa gobierno en línea.
11. Incentivar el desarrollo de competencias individuales e institucionales.

Sistema de tratamiento progresivo

El sistema de tratamiento progresivo es un conjunto de procesos y procedimientos que buscan preparar al interno (condenado) de forma progresiva mediante su resocialización para asumir la vida en libertad.

El progreso de cada interno se verifica a través de la educación, instrucción, trabajo, actividad cultural, recreativa, deportiva, relaciones familiares, conducta, manejo de relaciones interpersonales, estímulos, sanciones, logros y dificultades observadas dentro de su proceso individual.

Este tratamiento consta de fases discriminadas de la siguiente manera:

[1] INPEC:Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario

1. Observación, diagnóstico y clasificación del interno. Se inicia con la información recopilada en las diferentes áreas involucradas en el proceso de inducción desde el momento que el interno ingresa al centro carcelario. Diligenciamiento de (oficina jurídica, trabajo social, medicina, psicología, talleres y educativa):
2. Diligenciamiento de ficha inicial integral por parte de los profesionales involucrados en ella (psicología, trabajo social, medicina, talleres y educativa). Esta información será consignada en la carpeta que se abrirá al interno en la oficina de tratamiento progresivo en la cual se recopilará toda la información pertinente a su seguimiento.
3. Cada viernes se realizará la inducción del personal que ingresó la semana inmediatamente anterior. Toda información adicional salida de esta reunión y considerada valiosa para el seguimiento del interno deberá ser anexada a la carpeta abierta para dicho fin. Durante el programa inductivo se le ofrecerá al interno la opción de vinculación al programa de tratamiento progresivo.
4. Los internos que decidan inscribirse en el programa deberán firmar un acta de compromiso dentro del mismo. Quienes no se hagan participes de este proceso, tendrán derecho al tratamiento penitenciario tradicional. Cuando el interno ingresa proveniente de otra institución carcelaria, se hará estudio de su ficha biográfica, en caso de venir disfrutando etapa de mediana seguridad y beneficios administrativos se coordinará con el área jurídica el tratamiento a seguir con el interno para su acceso a beneficios.
5. La etapa de observación, diagnóstico y clasificación tendrá seguimiento por parte de cada profesional involucrado en el comité evaluador y quienes desde su área de trabajo especializado tienen contacto permanente con el interno. Deberá tenerse claridad sobre actividad a la cual se dedica y su desempeño en ella, manejo de relaciones interpersonales (compañeros, guardia y administrativos) y cualquier tipo de información que ofrezca características generales sobre su proceso rehabilitador, (dentro de este proceso es importante obtener apoyo informativo en el pabellonero para lo cual se construirá un instrumento de

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

seguimiento manejado por él). La etapa de observación habrá de tener un tiempo de duración promedio de 6 meses, sin que se convierta en un espacio rígido e inflexible.

1. Alta seguridad, que comprende el periodo cerrado: serán clasificados dentro de esta etapa aquellos internos que por sus circunstancias jurídicas y características generales de comportamiento muestren rasgos agresivos, conductas reincidentes, sanciones reiterativas, relaciones interpersonales disfiincionales, resistencia a participar en actividades educativas y laborales programadas. Los internos clasificados dentro de esta etapa deberán orientarse hacia la integración en los programas abiertos en el centro carcelario, realizando procesos de atención terapéutica individual y grupal (actividades espirituales, culturales, deportivas, recreativas, literarias) con seguimientos periódicos y consignados su evolución en la carpeta abierta para tal fin.
2. Mediana seguridad, que comprende el periodo semiabierto: serán clasificados dentro de esta etapa aquellos internos que por sus circunstancias jurídicas y características generales de comportamiento (manejo de relaciones interpersonales funcionales, conducta ejemplar) muestren un avance positivo dentro de su proceso resocializador, involucrándose de manera activa en planes de trabajo, estudio, programas culturales, deportivos y recreativos. Dentro de esta etapa deberá orientarse al interno hacia un liderazgo positivo y participativo dentro del grupo, fomentando habilidades productivas.
3. Mínima seguridad o periodo abierto: serán clasificados dentro de esta etapa aquellos internos que por sus circunstancias jurídicas y características actitudinales, como responsabilidad, compromiso, liderazgo, adecuadas relaciones interpersonales, tolerancia, solidaridad y manejo adecuado de las normas internas puedan convertirse en agentes multiplicadores del sistema progresivo.
4. De confianza, que coincidirá con la libertad condicional: podrán acceder aquellos internos que por sus circunstancias jurídicas (hayan cumplido las 2/3 partes de la pena conforme al artículo 72 del código penal y al artículo 515 del código de

procedimiento penal) y por sus características generales de comportamiento muestren un resultado favorable dentro de su proceso resocializador.

La clasificación de los internos será progresiva, bajo ninguna circunstancia será regresiva, ante la presencia de situaciones problemáticas con el interno que muestren un retroceso dentro del proceso adelantado y no acordes a su etapa clasificatoria, toda la información deberá ser consignada en la cartilla biográfica con las sugerencias de tratamiento a que dé lugar cada situación particular.

P.A.S.O[2]

Según Díaz Galvis María (2004) P.A.S.O es un plan de acción que integra a los programas existentes en el establecimiento, ajustándolos de manera secuencial y progresiva al proceso de tratamiento. Dichos programas que conforman el sistema de oportunidades, permiten al interno el mejoramiento de su calidad de vida, el desarrollo de herramientas y de estrategias para su adaptación y convivencia en sociedad, una vez alcanzada su libertad, potenciando sus aptitudes, habilidades y destrezas.

Es un plan de acción en la medida en que constituye la carta de navegación que orienta y organiza el accionar institucional y de cada una de sus partes.

Este trabajo articulado garantiza la gestión eficiente de un equipo que responde a las necesidades planteadas por el sistema progresivo, cuya integridad nos permite identificar a P.A.S.O como:

1. Sistema: ya que articula el trabajo entre áreas, sistemas y acciones con el fin de planear, orientar y ejecutar actividades que se ajustan en una interacción permanente.
2. Tratamiento: porque genera acciones de carácter preventivo, asistencial y protectivo, dirigidas a la población reclusa.
3. Progresivo: pues se desarrolla a través de procesos valorativos secuenciales, que se orientan al fortalecimiento de un proyecto de vida que permite al interno responder a las exigencias de la convivencia social.

[2] P.A.S.O: Plan de Acción y Sistema de oportunidades.

Según Acosta (2003): el nuevo concepto de progresividad no se relaciona con espacios físicos sino con espacios de tratamiento, de ahí que el fundamento progresivo radica en la ambientación y ambientalización del medio carcelario hacia condiciones formativas y de desarrollo al interior de la institución, con los internos que han formulado un nuevo proyecto de vida.

P.A.S.O debe concebirse como una construcción paulatina y secuencial, integradora de los objetivos misionales del instituto que garantizan el cumplimiento de la pena privativa y la detención precautelativa, a) preservando la seguridad del interno, b) garantizando la resocialización a través del tratamiento.

Etapas de P.A.S.O

Está planteado en 3 etapas secuenciales que responden a su naturaleza de progresividad:

1. Paso inicial: fortalecimiento de capacidades, habilidades y destrezas, orientadas a la introyección de estilos de vida y hábitos saludables.
2. Paso medio: implementación de escuelas de formación y actividades productivas, como medio de preparación a través de elementos teóricos y prácticos.
3. Paso final: interiorización de pautas de convivencia social y estrategias para afrontar la reinserción social del interno.

De acuerdo con esto, P.A.S.O fortalece las potencialidades laborales, personales, familiares y sociales de los internos.

Políticas para la aplicación de P.A.S.O

1. El tratamiento debe ser voluntario.
2. Quienes lideren los procesos de tratamiento deben establecer un lenguaje común y claro.
3. El proceso debe iniciar con la recepción e inducción, involucrando luego actividades de tipo preventivo, educativo y formativo.
4. Las actividades se pueden clasificar en internas (dentro de los pabellones) y externas (aulas y áreas comunes).
5. La redención y bonificaciones deben ser graduales y progresivas.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

6. La planeación, ejecución y seguimiento, deben ser el resultado de la estrecha relación de los cuerpos colegiados (junta de asignación de patios y distribución de celdas, consejo de evaluación y tratamiento, junta de evaluación de estudio, trabajo y enseñanza y consejo de disciplina).
7. Los avances y promociones que se den en el proceso deberán ser evaluados teniendo en cuenta el concepto psicosocial (factor subjetivos) y el concepto jurídicos (factor objetivo).
8. Las metas de cada programa deben diseñarse de manera adecuada para que respondan secuencialmente y progresivamente en el proceso.
9. Se debe llevar el registro escrito de cada actividad a lo largo del proceso.

Organigrama

El organigrama institucional (véase Apéndice A) permite observar la estructura organizacional del Establecimiento penitenciario de mediana seguridad de San Gil.

JUSTIFICACIÓN

Cuando el estudiante de psicología ha cursado satisfactoriamente cuatro años de teoría en la universidad, llega el momento de poner en práctica lo que ha aprendido en un ámbito no sólo clínico sino social, que involucre a una comunidad o grupo de personas que experimentan situaciones difíciles bien definidas; en este espacio el rol del psicólogo debe centrarse en la valoración, diagnóstico e intervención como transformador social.

Llegado a este punto, se hace oportuna la contribución del estudiante pasante teniendo en cuenta las necesidades sentidas por la población interna del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil, en donde se busca realizar un programa que permita intervenir en la toma de decisiones frente al consumo de drogas promoviendo el empleo de estrategias de afrontamiento adaptativas.

Es de agrado llegar a ejecutar dicho programa ya que permite enriquecer la experiencia estudiantil en el ámbito social, teniendo en cuenta que estamos llamados a

brindar a la sociedad la ayuda necesaria para poder generar un bienestar a nivel mental y corporal en las personas que así lo llegasen a necesitar.

Es por ésto que desde los diferentes campos de aplicación de la psicología social, el mejor ámbito desde el cual se puede trabajar dicha problemática es desde la Psicología Social de la salud mental, ya que se ocupa de temáticas como la calidad de vida, bienestar y estilos de afrontamiento en la sociedad o en una comunidad determinada.

Teniendo en cuenta que la población interna es altamente vulnerable en lo relacionado con el uso y abuso de sustancias psicoactivas, no hay que desconocer que también son personas con buenas capacidades cognitivas, habilidosas mentalmente y muchas de ellas con deseos de dejar el consumo de sustancias; es importante tenerlo en cuenta con el ánimo de generar buena cultura entre los internos y continuar cosechando lo que pasantes anteriores han alcanzado y por ende se espera que este trabajo proporcione los mejores frutos para la población interna y sirva como referente para los próximos compañeros que realicen pasantía social en esta entidad.

DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

La información que se presenta a continuación se obtuvo a través del método de observación naturalista y entrevistas desarrolladas con todos los empleados del centro penitenciario; esto con el fin de dar una descripción detallada de la realidad institucional, hacer un evaluación de ésta, y desarrollar propuestas al respecto desde los factores humano, técnico y físico.

Realidad

Dirección establecimiento penitenciario de mediana seguridad

- Factor físico. Cuenta con el espacio adecuado para cumplir su labor
- Factor humano. El Director Dr. Jesuliver Rojas Rincón
- Factor técnico. Un computador con conexión a internet, teléfono.

Subdirección

- Factor físico. Cuenta con un espacio proporcionado para desempeñar las labores
- Factor humano. La subdirectora Dr. Elsa Torres, un secretario

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

- Factor técnico. Un computador con conexión a internet de tipo restringido, tres archivadores.

Secretaría

- Factor físico. Cuenta con el espacio propicio para realizar sus actividades
- Factor humano. Secretaria Verónica Sarmiento
- Factor técnico. Un computador, un teléfono, un fax, un escritorio, una fotocopiadora, una impresora.

Talleres y educativas

- Factor físico. Salón especial para la realización de sus actividades
- Factor humano. Una profesora, un instructor, un auxiliar administrativo
- Factor técnico. Dos computadores sin conexión a internet, una maquina de escribir, sistema de aire acondicionado, tres archivadores.

Almacén

- Factor físico. Se compone de un salón relativamente pequeño para realizar sus actividades laborales
- Factor humano. Una almacenista, un almacenista
- Factor técnico. Un computador, una impresora, sistema de aire acondicionado.

Planeación

- Factor físico. Cuenta con el espacio oportuno para realizar sus labores
- Factor humano. Un teniente, quien es jefe de área de planeación, un dragoneante, un policía judicial
- Factor técnico. Dos computadores con conexión a internet restringido, dos impresoras, una filmadora, una cámara digital, cuatro archivadores.

Pagaduría

- Factor físico. Cuenta con el espacio proporcionado para realizar sus labores
- Factor humano. Una pagadora, dos contadores
- Factor técnico. Dos computadores sin conexión a internet, una impresora, un ventilador, tres escritorios, cuatro archivadores, sistema de aire acondicionado.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Trabajo social

- Factor físico. El espacio es pequeño en relación con las actividades a desarrollar en el establecimiento carcelario
- Factor humano. Una trabajadora social
- Factor técnico. Un computador, una impresora, una cajonera.

Comando de Vigilancia

- Factor físico. El espacio es pequeño y se alberga el calor
- Factor humano. Un dragoneante, un sargento
- Factor técnico. Un computador, una impresora

Dactiloscopia

- Factor físico. Cuenta con el espacio adecuado para desempeñar sus labores
- Factor humano. Una secretaria
- Factor técnico. Un computador con conexión a internet de tipo institucional, una impresora, una cámara fotográfica, una máquina de escribir, un ventilador, in tajalápiz mecánico, dos archivadores.

Jurídica

- Factor físico. El espacio donde se desenvuelven las labores jurídicas es relativamente pequeño
- Factor humano. Una asesora jurídica, dos asistentes de jurídica, cinco judicantes
- Factor técnico. Tres computadores, tres impresoras, un teléfono, un ventilador.

Casino Cárcel

- Factor físico. Cuenta con el espacio adecuado para desempañar sus labores de atención al público
- Factor humano. Dos internos que están cumpliendo pena privativa de la libertad
- Factor técnico. Dos refrigeradores, un calentador, cuatro mesas, dieciséis sillas.

Enfermería

- Factor físico. Cuenta con el espacio adecuado para ejecutar sus labores de primeros auxilios, promoción y prevención
- Factor humano. Una enfermera de tiempo completo
- Factor técnico. Cuenta con los implementos necesarios para realizar su labor.

Odontología

- Factor físico. Cuenta con el espacio proporcionado para realizar sus labores de exodoncia, calzas, limpiezas y profilaxis
- Factor humano. Una odontóloga de medio tiempo (presta sus servicios en las horas de la tarde)
- Factor técnico, Cuenta con la implementación para sus labores odontológicas inmediatas.

Área penitenciaria

- Factor físico. Cuenta con el espacio para mantener a los internos, 5 aulas de clases, zona verdes y espacios para realizar actividades deportivas y lúdicas, pupitres, biblioteca, 2 alojamientos para guardianes, alojamientos para cuadros de mando, baño para guardias, patio general, pabellón de dos pisos, cancha de microfútbol, voleibol y baloncesto, porqueriza, 240 celdas con baño e iluminación, 10 duchas, área de lavado de ropas, área de cabinas telefónicas, área de tratamiento especial, área de recepción y área de planta eléctrica.

• Factor humano. Cuenta con 247 internos

- Factor técnico. Cuenta con áreas para trabajo tales como: patio de artesanías, granja, vivero, 2 casetas de productos de panadería y artesanías.

En relación con el factor humano se pudo encontrar que los empleados del área administrativa y penitenciaria cumple satisfactoriamente sus labores en horarios estipulados para ello. También se pudo reconocer que los trabajadores en general manejan un adecuado proceso de comunicación aunque en ocasiones se tornan estresantes debido a la gran demanda laboral, entre otras cosas, se da paso a malos entendidos y equivocaciones que repercuten en las relaciones interpersonales.

En relación con el factor físico se pudo encontrar que el área en la que funciona la institución, a través de las diferentes dependencias, cumple con las exigencias básicas y necesarias para el personal que allí labora, de tal manera que las funciones administrativas se ejecutan adecuadamente, sin embargo, el espacio de algunas dependencias es reducido, lo que da paso a trabajar con lo que inmediatamente les corresponde y no existe una adecuada organización de los archivadores ya que se

encuentran obligados a dejar las cosas como se encuentran a causa de la falta de archivadores en buen estado.

Por otro lado, las aulas de clase y los pupitres no se encuentran en buenas condiciones por su grado de antigüedad. En tanto al factor técnico se pudo observar, que algunos de los equipos se encuentran en buen estado, en la dependencia de psicología y trabajo social, existe una cantidad considerable de materiales para trabajar con los internos tales como pinturas, hojas, lapiceros, cuadernos, colores entre otros lo que permite una mejor ejecución de las actividades de formación dirigidas a la población privada de la libertad.

Evaluación

En cuanto al factor humano, los funcionarios manejan un adecuado proceso de comunicación, teniendo en cuenta que la información manipulada involucra no sólo a un departamento sino a todos en forma general, permitiendo así un óptimo desarrollo de las labores penitenciarias. En resumen las relaciones laborales se manejan de forma adecuada y armoniosa lo que posibilita el sorteamiento de las situaciones estresantes y difíciles y que apuntan a la prestación de un mejor servicio.

En lo que toca a la población interna, se puede decir que ellos anteriormente han recibido capacitaciones psicológicas de pasantes anteriores, además una de las mayores demandas se hace por problemas de uso y abuso de sustancias psicoactivas

El Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil, cuenta con un servicio de psicología orientado y ejecutado por el programa de psicología de la UNAB extensión UNISANGIL, el cual ha tenido un posicionamiento adecuado y significativo para la comunidad penitenciaria que solicita de sus servicios, creando en la institución una conciencia positiva en relación a la importancia y necesidad del servicio psicológico. Es en este punto donde se hace evidente el trabajo de la pasantía social que apunta a la promoción de la salud y su intervención en las estrategias de afrontamiento ante el uso de sustancias psicoactivas pensando en la mejor calidad de vida de los internos y su bienestar.

En lo que respecta al factor físico de la institución, se evidencia que su infraestructura es suficiente para el desarrollo cómodo de las labores; los espacios deben ser

compartidos por las diferentes disciplinas lo que algunas veces causan retraso en el cumplimiento de objetivos establecidos a pesar de la coordinación que se maneja para su utilización, pues situaciones impiden el manejo de aulas según lo estipulado.

Creo indiscutiblemente que el aspecto técnico cuenta con los recursos necesarios para cumplir con las labores penitenciarias de modo correcto, eficaz y verás.

Propuesta

En cuanto al factor humano, considero fundamental mi propuesta en la promoción de la salud e intervención en los estilos de afrontamiento ante el consumo de sustancias psicoactivas en los internos del establecimiento penitenciario, con el fin de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida y bienestar de dicha población que experimenta situaciones estresantes en este ambiente penitenciario. Teniendo en cuenta que todas las personas utilizamos distintos estilos de afrontamiento ante situaciones que generan angustia y ansiedad, el ámbito carcelario no es ajeno a ello y es urgente actuar con ayuda de los diferentes enfoques y teorías psicológicas que apunten a dicho fin y promueva la ejecución de programas en dicha población.

Entre tanto, desde el factor físico se propone que las aulas sean pintadas, decoradas con materiales que sean económicos y que el aseo sea permanente ya que con ésto puede dar paso a un mejor clima y motivación laboral para con la población interna, teniendo en cuenta que nuestra labor profesional y educativa se realiza la mayor parte del tiempo en estos lugares y sería oportuno contar con un espacio en buen y agradable estado; continuando con este aspecto, sería bueno gestionar el cultivo de plantas dentro de las zonas verdes del patio para proporcionar un mejor aspecto a los suelos de la institución y a su vez generar trabajo lúdico para con los internos.

Por último esta propuesta se plantea con el fin de obtener una buena prestación de los seivicios en el establecimiento penitenciario que posibiliten una mejoría en la calidad de vida y en el bienestar de los internos, y no por querer aminorar los esfuerzos hasta aquí conquistados en el presente establecimiento ya que existen objetivos comunes y compartidos entre los funcionarios incluyendo el área de psicología y uno de ellos es quizá viajar en la misma vía que se dirija al bienestar de la comunidad penitenciaria.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

OBJETIVOS

Objetivo general

Promover el empleo de estilos de afrontamiento adaptativos ante el consumo de SPA en la población interna del Establecimiento de Mediana Seguridad de San Gil a través del desarrollo de un plan de formación, que influya en la toma de decisiones respecto al consumo de las mismas.

Objetivos específicos

- Determinar los diferentes estilos de afrontamiento de los internos ante el consumo de SPA, para analizar su contenido y naturaleza.
- Intervenir en el uso de estilos de afrontamiento utilizados por los internos para redefinir el manejo de las mismas ante el consumo de SPA.
- Fortalecer estilos de afrontamiento frente al consumo de SPA para que los internos aprendan a manejar la angustia y/o ansiedad.

MARCO TEÓRICO

Antes de entrar en el tema de estrés y ansiedad, es necesario conocer la definición de Psicología Social, Psicología Social de la Salud, sus características más sobresalientes entre otros.

Psicología social

Teniendo en cuenta que la Psicología es una ciencia en la que se estudian varios aspectos de la personalidad del individuo, es necesario enfocar en un primer plano lo que es la psicología social, haciendo referencia a la ciencia de los aspectos sociales de la vida mental específicamente; más que el estudio de la conducta social, estudia ésta en relación con la actividad mental, en un intento por proporcionar un conocimiento de la mente y la conducta con su contexto de posible desarrollo. La psicología social se define también como la ciencia del conflicto entre el individuo y la sociedad en cuanto, a su objeto se dice que no existe unanimidad, pero se formula como objeto central, exclusivo de la psicosociología, todos los fenómenos relacionados con la ideología y la comunicación, ordenados según su génesis, su estructura y su función. (Coleman, Daniel.

Los secretos de la psicología. Barcelona: Editorial Salvat, 1995. Sencilla y útil introducción a la psicología.)

En este ámbito, se puede diferenciar una visión psicosociai que se traduce por una lectura ternaria de los hechos y relaciones, su particularidad consiste en sustituir la relación a dos términos (sujeto y objeto) por una relación en clave de tres términos, sujeto individual - sujeto social - objeto (Ego - Alter - objeto). Esta relación de sujeto a sujeto en su relación con el objeto puede concebirse de manera estática (copresencia) o dinámica (interacción), que se traduce en modificaciones que afectan el pensamiento y el comportamiento de cada individuo.

Psicología de la salud

Son muchas las personas que consideran que la medicina no logra curar sus enfermedades, principalmente en casos de enfermedad crónica. Esto es debido a que muchas veces se deja de lado una parte muy importante de la enfermedad: el aspecto emocional y social que está influyendo tanto en la etiología de la enfermedad como en su mantenimiento a lo largo del tiempo.

La psicología de la salud es una rama de la psicología desde finales de los aftos 70 dentro de un modelo biopsicosocial según el cual, la enfermedad física es el resultado no sólo de factores médicos, sino también de factores psicológicos (emociones, pensamientos, conductas, estilo de vida, estrés) y factores sociales (influencias culturales, relaciones familiares, apoyo social, etc.). Todos estos factores interactúan entre sí para dar lugar a la enfermedad.

La psicología de la salud se centra fundamentalmente en las enfermedades crónicas, las investigaciones y desarrollo de planes de intervención se han centrado en enfermedades tan diversas como la hipertensión, dolor crónico, artritis, asma, diabetes, cáncer, trastornos cardiovasculares, enfermedades reumáticas, sida, intestino irritable, dolor de cabeza, úlcera, dismenorrea, enfermedad inflamatoria intestinal y todo tipo de programas que impliquen el beneficio de los pacientes a nivel mental.

Algunas áreas de intervención de la psicología de la salud son: promoción de un estilo de vida saludable, prevención de las enfermedades: modificación de hábitos insanos asociados a enfermedades (por ejemplo, la farmacodependencia), tratamiento de

enfermedades específicas, como las mencionadas más arriba, en ese caso los psicólogos trabajan junto a otros especialistas de la salud combinando los tratamientos médicos habituales junto con los tratamientos psicológicos, evaluación y mejora del sistema sanitario.

Salud y enfermedad

Cuando se designa a una persona como mentalmente sana o enferma se deben tener en cuenta las representaciones sociales y los aspectos científicos dominantes en cada cultura, además de las alteraciones emocionales o de la personalidad de los seres humanos y de las actitudes que tome la sociedad en relación a dichas alteraciones.

Desde siempre y hasta el día de hoy no se cuenta con una definición única y concreta acerca de lo que significa salud mental o enfermedad mental pero lo que si se tiene claro es que tanto la una como la otra son la expresión de problemas de tipo emocional, cognitivo y comportamental como realidades simbólicas, construidas culturalmente en la misma interacción social. De igual manera, enfermedad y salud mental no son situaciones que permitan definir a una de ellas como la ausencia de la otra, pero lo que si se puede decir es que salud mental es una construcción simbólica e histórica determinada que se puede concebir desde cuatro perspectivas diferentes como lo son: la ausencia de malestar, la manifestación de un malestar subjetivo, la manifestación de una buena calidad de vida y por último, como la presencia de un conjunto de atributos individuales positivos.

La calidad de vida es un concepto difuso que se refiere tanto a aspectos objetivos del nivel de vida como al malestar y bienestar subjetivos, incorporándose en la definición aspectos sociales, físicos y psicológicos. Las dimensiones de la calidad de vida incluyen la salud física, la salud mental, la integración social y el bienestar general; es importante tener en cuenta que la satisfacción vital y la satisfacción de necesidades psicosociales son los ejes esenciales de la salud mental, desde la perspectiva de la calidad de vida.

Al igual que los términos salud y enfermedad no poseen una definición concreta, las definiciones de estrés son numerosas y hasta pueden llegar a ser contradictorias.

En la vida real las personas se enfrentan con demandas del medio y situaciones no deseadas que pueden considerarse estresantes. La simultaneidad en la ocurrencia de diferentes factores estresantes y la incapacidad de la persona para adaptarse a las nuevas demandas de la situación pueden dar lugar a respuestas físicas, psicológicas y comportamentales negativas. Además, los déficits en habilidades sociales están relacionados con trastornos emocionales asociados a acontecimientos vitales estresantes (Bass y Andrés, 1996).

Estilos de afrontamiento

Todas las personas se encuentran día a día con situaciones que provocan ansiedad y estrés en un momento determinado y en este sentido el ámbito penitenciario no es ajeno, sabiendo que existe la necesidad de dar solución a problemas inmediatos en dicho contexto. Es en este momento donde entra en juego la forma en que cada ser humano, en este caso, cada interno resuelve y afronta las situaciones estresantes y de ansiedad de diferentes maneras. Entonces, se puede definir el afrontamiento como los modos tanto intrapsíquicos como comportamentales mediante los cuales las personas manejan las demandas de un suceso estresante y las emociones asociadas a éste.

Existen dos categorías generales de afrontamiento: aquellas estrategias enfocadas al problema o su resolución y aquellas estrategias de afrontamiento centradas en las emociones. El afrontamiento dirigido a los problemas incluye la búsqueda de información y la resolución de problemas. El afrontamiento centrado en las emociones se dirige a la regulación afectiva y la descarga emocional. Esta última forma de afrontamiento incluye diversas pautas de conducta entre las que se incluyen la confrontación hostil, la descarga emocional y la búsqueda de apoyo emocional (Folkman y Lazarus, 1988). Los resultados de diferentes investigaciones han encontrado una asociación positiva entre descarga emocional y ansiedad y una asociación negativa entre la descarga emocional y deseabilidad social. Cabe diferenciar de igual manera entre estrategias de afrontamiento activas (esfuerzos conductuales y cognitivos para manejar sucesos estresantes) y estrategias de evitación (intentos para evitar tratar con el problema o de reducción de la tensión mediante actitudes de huida. Taylor, 1990). Estas

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

estrategias de evitación incluyen la represión de la vivencia afectiva, la negación del hecho externo estresante, la minimización del mismo y la evitación cognitiva y conductual del problema. Asimismo, las personas que utilizan con preferencia la evitación cognitiva y aceptan resignadamente los sucesos que les acontecen, declaran más síntomas depresivos y de malestar físico, así como problemas con el alcohol. El afrontamiento afectivo también puede estar asociado a una afectividad negativa en la fase previa o inicial de un suceso estresante y cuando, no hay posibilidad de cambiar la situación. Investigaciones demuestran que las personas con menos recursos sociales se orientan más a tácticas de evitación conductual y cognitiva, de aceptación resignada y de descarga emocional. Existen influencias recíprocas entre el nivel de estrés, el nivel de apoyo social, el deterioro afectivo y las estrategias de afrontamiento: mientras peor es el equilibrio de afectos y más severo el estrés, más probable es que las personas utilicen formas de afrontamiento inadaptativas (de evitación y escape) y menos probable es que utilicen formas de afrontamiento adaptativas y, por ende, más probabilidades tienen de empeorar su ajuste psicológico (Aldwin y Reverson, 1987). De esta manera se puede concebir el deterioro en la salud mental como una forma de adaptación al estrés cuando otras estrategias resultan ineficaces. (Alvaro J.L *Psicología Social Aplicada* 1998 ed. Ms. Graw Hill).

Concepto de sustancias psicoactivas

Ahora bien, el consumo de drogas es un factor que varía de un individuo a otro, de una situación a otra en una misma persona y también diversa de las culturas y las generaciones que existen; no todas las personas consumen la misma droga, ni la misma cantidad ni por las mismas circunstancias, pero lo que si es claro es que el contexto social y cultural influye de manera directa en el consumo de los mismos.

El establecimiento penitenciario es uno de los lugares que más demanda la presencia de sustancias psicoactivas entre los internos, y la realidad es que las mismas sustancias que se transitan afuera, también viajan al interior de la institución; es por ésto que de alguna u otra manera, los profesionales de la salud estamos llamados a trabajar

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

interdisciplinariamente ante este factor de consumo ya que involucra al interno, su entorno inmediato y a las personas que están a su alrededor.

Cuando se habla de temas como las drogas y las adicciones, casi todas las personas se refieren a las más comunes como la marihuana, el bazuco, la cocaína o la heroína, incluyendo también el alcohol como una sustancia adictiva; pero muy pocas personas conocen el significado de lo que son las drogas: las drogas son sustancias que se pueden ñimar, ingerir y hasta inyectar, de tal modo que alteran el normal funcionamiento del Sistema Nervioso Central de quienes las consumen modificando su forma de ser, sentir y actuar, perturbando los procesos de pensamiento, las emociones y la conducta; además relajan, distorsionan la percepción, mejoran la concentración, estimulan y favorecen la comunicación. A estas drogas también se les denomina técnicamente como Sustancias Psicoactivas debido a la capacidad que tiene para activar o modificar la mente, alterando bajo sus efectos, la percepción del mundo y el comportamiento de las personas o situaciones que le rodean.

De esta manera, es importante distinguir las drogas de los medicamentos ya que estos últimos son sustancias previamente elaboradas farmacológicamente y cuya finalidad es emplearlas por la medicina para prevenir y curar las enfermedades, además, su suministro se realiza únicamente bajo fórmula médica y en dosis recomendadas por un especialista; por eso a partir de este momento se hablará de sustancias psicoactivas cuando se refiera a las drogas.

Existen modelos y teorías que explican el consumo de sustancias psicoactivas y una de ellas es el modelo de afrontamiento social, basado en el modelo de competencias: este modelo plantea que el riesgo de abuso de drogas por parte de una persona depende del nivel de estrés y su relación con las habilidades de afrontamiento y recursos con que cuenta la persona. Cuanto mayor sea el estrés y menores las capacidades de afrontamiento, mayor será el riesgo de iniciarse en el consumo o mantenerse en éste y viceversa. (Villareal N, y colaboradores *Modulo Sobre Prevención Y Atención Del Consumo De Sustancias Psicoactivas,* 2006).

El consumo de sustancias psicoactivas es el resultado de un proceso de aprendizaje a través de la interacción entre el individuo, la sustancia y el contexto. En esa interacción

el consumo se mantiene en función de los distintos reforzadores que se asocian a él.

Estos efectos reforzantes pueden ser de muy alto valor emocional, y tal vez no sean accesibles a corto plazo con otras conductas alternativas, por lo que ante esa situación particular el consumo de la sustancia puede adquirir una prioridad notable frente a cualquier otra conducta, incluso percibida subjetivamente por el individuo como impulso irresistible.

Concepto de marihuana

Por otro lado, la marihuana constituye un agente psicoactivo singular, sus características químicas y psicofarmacológicas difieren de las que poseen las restantes drogas con efectos sobre el sistema nervioso. A dosis bajas presenta efectos paradójicos, actuando como estimulante y como depresor; a dosis más elevadas predominan los efectos depresores. A pesar del amplio uso de la marihuana se sabe poco de su farmacología; a menudo resulta difícil extraer conclusiones definitivas de las investigaciones llevadas a cabo debido a razones muy diversas. En primer lugar, la marihuana no es una droga simple sino una mezcla compleja: se han aislado más de 60 componentes de *cannabis* a partir del humo de la marihuana. En segundo término, la medición de los niveles activos de *cannabis* en los tejidos corporales es una tarea difícil, debido a su elevada potencia: dosis tan bajas como 10 ng de delta 9 THC por Kg de peso corporal son suficientes para provocar un estado de euforia. Por otra parte, los efectos de la marihuana varían según las especies y es difícil extrapolar efectos a largo plazo a partir de estudios inmediatos en sujetos humanos. (Gold. M.S *Marihuana,* 1991 ed. neurociencias).

Ahora bien, existen efectos del uso de la marihuana en la conducta del ser humano, en sus capacidades motoras y en su funcionamiento cognitivo como se muestra a continuación: los efectos psicológicos subjetivos de quienes consumen marihuana (la excitación, disociación de ideas, el aumento de las sensopercepciones, la distorsión del tiempo y del espacio, los pensamientos delirantes, la impulsividad, las ilusiones y las alucinaciones), se acompañan de cambios conductuales, desde deterioro en la ejecución psicomotora a disminución de la atención y la memoria, así como también la fuerza

física. En cuanto a las capacidades motoras, es bien sabido que dicha sustancia deteriora capacidades imprescindibles como son la coordinación, la vigilancia y la percepción. Los efectos sobre las capacidades motoras comportan importantes consecuencias derivadas del uso de la marihuana; en particular, el hecho de que estos efectos persistan durante periodos de tiempo relativamente prolongados tras el consumo y que no sean percibidos por el sujeto ni se vean reflejados con exactitud en los niveles de THC en sangre, sugiere que el papel de la marihuana en accidentes de todo tipo, puedan ser subestimados. (Gold. M.S *Marihuana,* 1991 ed. neurociencias).

Los efectos de la marihuana sobre la atención han sido estudiados empleando diversos test cognitivos; estos trabajos muestran, de forma significativa, que los sujetos presentan una ejecución peor después de ingerir marihuana, aunque sea en dosis moderadas. Algunos de los déficits específicos hallados incluyen confusión, perdida de la orientación y sentido de la dirección, de la capacidad para recordar información (por ejemplo números) y, a la vez, manipularla para alcanzar un objetivo. Otros trabajos prueban que los efectos de la marihuana sobre la atención son indiscutibles aunque complejos. La memoria a corto plazo se ve mas afectada de la recuperación de la información ya almacenada. En los test de recuerdo de vocablos en los que el sujeto debe identificar palabras que le han sido leídas, previamente, en voz alta, los individuos a los que se les había administrado marihuana tendían a aceptar mas palabras incorrectas de una lista que se les presentaba y, cuando se les pedían que escribieran todas las palabras que recordaban, anotaban menos que los sujetos del grupo control. En pruebas de recuerdo libre, en las que al sujeto se le da un texto para leer y posteriormente debe recordar su contenido, los individuos que habían consumido marihuana recordaban menos palabras del contenido del texto. (Gold. M.S *Marihuana,* 1991 ed. neurociencias).

Una consecuencia del consumo de la marihuana es el síndrome amotivacional que incluye desinterés, apatía y comportamiento antisocial; algunos de estos efectos son características comunes a todos los depresores del SNC. La posibilidad de atribuir a la marihuana la existencia de un síndrome amotivacional definido no está demostrada. Se trata de un término poco preciso aunque la observación clínica de algunos adolescentes

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

que consumen marihuana muestra indiferencia afectiva y ausencia de la energía y actividad características de dicha etapa del desarrollo.

La marihuana causa una amplia serie de problemas médicos como trastornos respiratorios, afectación de la inmunidad y alteraciones del aparato reproductor. Los efectos psicológicos que la marihuana ejerce durante la adolescencia pueden no ser reversibles, al igual que sucede con otras afectaciones del desarrollo, psíquico y somático. La inhalación de humo de cualquier procedencia daña los tejidos musculares y las células epiteliales que recubren las vías aéreas, así como las células con funciones inmunitarias de los pulmones. Estos efectos contribuyen a incrementar la vulnerabilidad de estos órganos respecto de las infecciones y pueden complicar, o desencadenar, trastornos respiratorios. (Gold. M.S *Marihuana,* 1991 ed. neurociencias).

El humo del tabaco y de la marihuana son químicamente similares (con excepción que el de la marihuana contiene canabinoides y el del tabaco nicotina). También son parecidos los efectos de fumar marihuana y tabaco. Sin embargo, los hábitos de ambos grupos de fumadores no son idénticos, porque los consumidores de marihuana tienden a fumar menos, inhalan mas profundamente, no emplean filtros y apuran el cigarrillo hasta el final. Parece razonable concluir que filmar marihuana comporta riesgos similares a los del tabaco: cáncer de pulmón, enfisema, bronquitis crónica y otros trastornos respiratorios. (Gold. M.S *Marihuana,* 1991 ed. neurociencias).

Por el contrario, los efectos cardiovasculares del tabaco están relacionados con la nicotina. Aun cuando quienes consumen marihuana tienen cambios cardiovasculares a corto plazo, se trata de efectos muy distintos a los ocasionados por la nicotina. Se desconocen las consecuencias a largo plazo sobre el sistema cardiovascular y no son explorables a partir de datos relativos al tabaco. (Gold. M.S *Marihuana,* 1991 ed. neurociencias).

Consumo, uso y abuso de sustancias psicoactivas

El consumo es una categoría que engloba el uso, el mal uso y el abuso de una "droga". El uso de cualquier droga con o sin prescripción médica o aun de venta libre pero con propósitos diferentes a los indicados, o en forma o cantidades diferentes a las recomendadas se constituyen en "uso inadecuado de drogas".

La característica esencial del abuso de sustancias consiste en un patrón desadaptativo de consumo manifestado por consecuencias adversas, significativas o recurrentes. Puede darse incluso el incumplimiento de obligaciones importantes, consumo repetido en situaciones en que hacerlo es físicamente peligroso, generando múltiples problemas legales, sociales e interpersonales recurrentes estos problemas pueden tener lugar repetidamente durante un periodo continuado de doce meses.

El fenómeno de la dependencia de sustancias

La dependencia consiste en un grupo de síntomas cognoscitivos, comportamentales, fisiológicos, que indican que el individuo continúa consumiendo la sustancia, a pesar de la aparición de problemas significativos relacionados con ella. Existe un patrón de reconocida auto administración que a menudo lleva a la tolerancia. La dependencia por su parte, a pesar de las discusiones al respecto, se define como un grupo de tres o más síntomas que aparecen en cualquier momento dentro de un mismo periodo, usualmente doce meses.

La tolerancia es una necesidad de cantidades marcadamente crecientes de la sustancia, para conseguir la intoxicación o el efecto deseado, a su vez el efecto de las mismas cantidades de sustancias disminuye claramente su consumo.

La abstinencia se caracteriza por la presencia de un cambio desadaptativo del comportamiento con concomitantes fisiológicos y cognoscitivos, debido al cese o la reducción del uso prolongado de grandes cantidades de sustancias.

El cigarrillo

A diferencia de otras sustancias, el cigarrillo no destruye la personalidad, ni su uso continuo altera el funcionamiento psíquico o comportamiento social. El consumo de tabaco en patrón de dependencia es la adicción más perniciosa en el mundo desarrollado. Fumar- cigarrillos es la principal causa evitable de muerte en el mundo occidental. El número total de víctimas producido por el tabaquismo es mayor que la suma de muertes por SIDA, suicidios, homicidios, incendios y el consumo de sustancias ilegales. Es la principal causa del 87% de las muertes por cáncer de pulmón, del 30 % de todas las muertes por cáncer,

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

del 82% de las muertes por enfermedad pulmonar y del 21 %de muertes debidas a cardiopatías.

Aunque la nicotina por sí misma causa problemas de salud, muchos de los trastornos inducidos por el tabaco son más debido a carcinógenos y al monóxido de carbono que a la nicotina misma. Dejar de filmar reduce dramáticamente el riesgo de enfermedad cardiaca y cáncer, previene además la persistencia del deterioro en la función pulmonar en pacientes con enfermedad pulmonar obstructiva crónica.

El tabaquismo pasivo se define como la exposición de los no fumadores al humo de tabaco ambiental el cual está compuesto por el humo de corriente principal que es el que inhala y exhala el fumador, el humo colateral que es el que sale de la punta del cigarrillo entre las aspiraciones y los componentes de fase de vapor que se difunden por el papel del cigarrillo hacia el ambiente. El humo de tabaco ambiental causa enfermedad a las personas no fumadoras y quienes se exponen a éste tienen un riesgo incrementado de desarrollar cáncer pulmonar y enfermedades cardíacas del tipo de la angina o el infarto de miocardio.

Lamentablemente quienes trabajan en el área de la salud aunque conocedores de la magnitud del problema, actúan con poca tenacidad ante éste, igualmente quienes están implicados en la prevención y tratamiento de las adicciones prestan poco interés a este trastorno pues aunque se asume que es nocivo para la salud, poco altera el funcionamiento personal y la relación con otras personas y por tanto no se profundiza en su tratamiento. También es llamativo en el campo de la psiquiatría la actitud laxa de los encargados del tratamiento de pacientes ante el consumo de tabaco sin considerar' los efectos sobre la salud física, la interrelación con otros trastornos psiquiátricos y los efectos que sobre la farmacocinética y la farmacodinamia de los psicofármacos pueda tener su uso. Es la intención llamar la atención sobre la importancia de prevenir y tratar este trastorno al igual que el abuso o dependencia de alcohol. (Gold. M.S *Marihuana,* 1991 ed. neurociencias).

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Las actividades del proyecto de pasantía se desarrollan de acuerdo al cronograma de actividades diseñado para tal fin. (véase Apéndice B).

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

ACTIVIDADES REALIZADAS

Los datos atrojados a través de aplicación de este instrumento (véase Apéndice C), frieron analizados llegando a las siguientes conclusiones.

Aplicación del inventario de drogas

Por medio de la aplicación del Inventario de Drogas a los 60 internos que consumen SPA del establecimiento penitenciario, se logró encontrar datos relevantes en relación con dicho tema como se muestra más adelante; la expectativa que se tiene con los resultados obtenidos es que sean de soporte para ejecutar actividades de capacitación en el empleo de estrategias de afrontamiento adaptativas y la promoción de las mismas dirigidas a internos que consumen sustancias psicoactivas.

1. ¿Cuánto tiene que ver el fenómeno de las drogas con usted o en su entorno penitenciario? De acuerdo con las opciones de respuesta, el ítem más puntuado fue NADA con un 70 %, el segundo más puntuado fue POCO con un 16.6% y por último el ítem MUCHO con un 13.3 %. (véase Gráfica 1) .Esto indica que dicha población de internos del establecimiento penitenciario concibe el fenómeno de las drogas como un suceso lejano o distante a ellos en relación con su permanencia en dicha institución.
2. El fenómeno de las drogas es algo que atañe y afecta a:

   En relación con este ítem, la familia ocupa el primer lugar con un 61.6% y en segunda posición de afectación se encuentra el consumidor con un 38.3%, esto quiere decir que para dicha población la situación de drogadicción no solo afecta a quien la consume sino también a la familia en general por los problemas que esto puede acarrear.
3. Usted diría que los efectos del consumo de drogas:

   Ayudan a vivir mejor: si 11.6% no 88.3%, en este ítem se puede evidenciar la percepción que tienen los internos ante el consumo de drogas de tal manera que son conscientes de las consecuencias que tiene las SPA en la relación consigo mismo y los demás.

Afectan a la persona: si: 96,6% no: 3.3% en relación a este ítem se puede evidenciar la comprensión que tiene los internos ante las consecuencias negativas que trae consigo el consumir SPA en la esfera personal.

Empeoran la convivencia: si: 83.8% no: 16.6% de acuerdo con este punto es claro que la población tiene conocimiento acerca de los puntos en contra cuando se consume SPA ya que dificulta la relación con los otros.

4. Según su opinión, usted considera que son Verdaderas o Falsas las siguientes afirmaciones:

   - El alcohol es una droga: si 86.6% no 13.3% comprendiendo lo que significa este ítem se puede ver que los internos saben lo que es el alcohol a la hora de consumirlo y la concepción que tienen de ello es evidente para sus vidas.
   - Las sensaciones provocadas por el alcohol siempre son placenteras: si 16.6% no 83.3% esto quiere decir que la población de internos aceptan que no siempre se obtienen los mismos resultados cuando se consume alcohol en diferentes situaciones.
   - El uso regular de la marihuana produce dependencia: si 80% no 10% no sabe, no responde 10% de acuerdo con lo que se conoce de este ítem se puede decir que los internos muestran acuerdo de los efectos secundarios que acarrea el consumo de SPA en sus vidas; sin embargo, existe un porcentaje mínimo de internos que no tienen conocimiento de la dependencia que genera el uso de dicha droga lo cual da luces a futuros trabajos con estos internos.
   - La marihuana genera algún tipo de enfermedad: si 10% no: 73.3% no sabe, no responde 16.6% en relación con lo obtenido en este ítem se evidencia la falta de conocimiento por parte de los internos ante el tema de los consecuencias que trae la marihuana en el cuerpo del ser humano.
   - Uno de los efectos de consumir marihuana es la alteración de la percepción: si 78.3% no: 13.3% no sabe, no responde 8.3% como se puede ver en este ítem, la población de internos conoce en gran medida

las consecuencias de la marihuana en el cuerpo del ser humano y mas en el sistema nervioso central.

- La cocaína puede ser consumida sin problema con el alcohol: si 16.6% no: 75% no sabe, no responde 8.3% de acuerdo con lo encontrado en este punto se puede ver que la población de internos comprende que dicha combinación es riesgosa y trae consecuencias negativas para la salud de las personas.
- La cocaína es un estimulante si: 8.3% no: 16.6% no sabe, no responde: 75%; de acuerdo con lo encontrado en este ítem se puede comprender que un gran porcentaje de los internos encuestados no tienen conocimiento de las situaciones negativas que contiene la estimulación de las drogas en el ser humano y mas específicamente la cocaína.
- La cocaína produce algún tipo de enfermedad si: 10% no: 10% no sabe, no responde 80% de igual manera, se puede decir que los internos no tienen discernimiento en las enfermedades que puede llegar a crear el consumo de cocaína en el ser humano.
- El cigarrillo afecta sólo al que lo fuma, no a los que están cerca: si 0% no: 100% al examinar ésta variable se puede evidenciar que los internos son conscientes que el consumo de cigarrillo no sólo afecta a quien lo consume sino también a las personas pasivas que se encuentran alrededor por la recepción que se hace por medio de las fosas nasales y que llega a perjudicar el sistema respiratorio y cardiaco entre otros.

5. ¿Por qué razón cree que se consume alcohol y/o drogas en este establecimiento penitenciario? Marque la alternativa que usted considere más pertinente

Para relajarse: 83.3%, forma de evadir los problemas: 16.6% (véase Gráfica 2) .Al explorar el motivo por el cual se llega al consumo de sustancias psicoactivas en el establecimiento penitenciario se puede recocer el uso que se le da con el fin de encontrar descanso, alivio y confort dentro de la institución.

6. ¿Qué características podrían favorecer el consumo de drogas dentro del establecimiento penitenciario?

   Ausencia de la familia: 33.3%

   Naturaleza de la condena: 16.6%

   Adicción: 16.6%

   Al analizar este ítem se puede advertir las situaciones que aumentan la posibilidad de consumir drogas dentro del establecimiento penitenciario ya que como se puede ver es la ausencia de la familia la característica mas sobresaliente por la relación con la misma, la compañía, el apoyo y la comprensión que reciben de dicha red social (véase Gráfica 3).

7. ¿Cree usted que en este establecimiento penitenciario, existen problemas respecto del consumo de alcohol y otras drogas? Si: 73.3% no: 16.6% puede ser: 10%. (véase Gráfica 4) . En relación a los problemas que existen al interior del establecimiento penitenciario con el uso de sustancias psicoactivas se puede decir que los internos consideran que se presentan en gran medida por su difícil acceso y costo por las mismas dentro de la institución.

8. En caso de conocer situaciones de consumo de drogas y alcohol dentro del establecimiento penitenciario, usted diría que éste es

   Muy frecuente: 1.6% frecuente: 6.6% escaso: 90% no hay: 1.6%, en relación a este ítem se puede decir que las situaciones de consumo son escasas por la misma dificultad de tráfico que presentan ya que son muy pocas las veces que se puede obtener sustancias psicoactivas dentro del establecimiento.

9. La información recibida acerca de la prevención del consumo de drogas en este establecimiento penitenciario es

   Suficiente: 16.6%

   Insuficiente: 41.6%

   Nula: 41.6%

   De acuerdo con la información recolectada en este ítem se puede decir que los internos perciben como escasa la información en prevención del consumo de

sustancias psicoactivas lo que permite abrir caminos a la disminución del uso de dichas sustancias (véase Gráfica 5).

10. ¿Cuál diría que es la droga más consumida por las personas de este establecimiento penitenciario?

    Cigarrillo: 50%

    Marihuana: 46.6%

    Alcohol: 3.3%

    En relación con este ítem se puede ver la prevalencia que tiene el consumo de cigarrillo y marihuana por los internos del establecimiento penitenciario, lo que se asemeja a los resultados suministrados en anteriores aplicaciones. Sin embargo, no hay que dejar de lado el consumo de alcohol en los internos (véase Gráfica 6).

11. El consumo de drogas entre los internos es un tema que:

    No se conversa: 68.3%

    Se conversa bastante: 20%

    Poco se habla: 6.6%

    Se evita: 5%

    Al analizar este ítem se puede decir que entre los mismos internos existe poca conversación del tema del consumo de drogas debido a que no todos la consumen y por respeto a las preferencias entre los unos y los otros.

12. ¿Usted consume cigarrillos?

    Si: 70% no: 30%, de acuerdo con los datos obtenidos se puede conocer que de las personas encuestadas, un gran porcentaje de ellos consume cigarrillos dentro del establecimiento penitenciario y es importante destacar que no todos consumen desde el mismo instante de ingresar al establecimiento penitenciario sino que consumen desde que eran jóvenes y se encontraban en libertad.

13. ¿Ha probado alcohol durante los últimos doce meses?

    Si: 16% no: 83.3% de acuerdo con lo obtenido en este ítem se puede conocer que los internos del establecimiento penitenciario registran un gran porcentaje en

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

cuanto al consumo de alcohol dentro de la institución lo cual permite ahondar en dicho tema por sus causas, situaciones que lo mantiene y consecuencias,

14. Ha probado alcohol en los últimos 30 días si: 3.3% no: 96.6% por lo encontrado en dicho ítem se puede percibir que los internos encuestados no han probado licor en el ultimo mes registrado lo que sugiere una significativa disminución de la ingesta de alcohol.
15. ¿Está usted preocupado por la inclinación de personas de su familia al alcohol u otras drogas?

    Hijos: 26.6%

    Hermanos: 21.6%

    No esta preocupado: 16.6%

    Sobrinos: 13.3%

    Padres: 13.3%

    Esposa: 8.3%

    En relación con dicho ítem se puede encontrar que los hijos y los hermanos son las personas a las que mas le preocupa los internos que lleguen a tener contacto o vinculación con el tema de las drogas pues no desean que caigan en esa red de consumo y que se lleguen a entorpecer sus vidas y por ende su futuro (véase Gráfica 7).
16. ¿Cuán difícil le seria a usted conseguir drogas?

    Marihuana difícil: 91.6% fácil: 8.3% de acuerdo con lo encontrado en el presente ítem se puede reconocer que la marihuana es la drogas mas consumida y su obtención es de difícil acceso por el incremento de las requisas en la estación de guardia y por el costo que tiene el comprarla.
17. ¿Le agradaría que su familia participe con usted en actividades recreativas, de orientación o prevención del consumo de drogas organizadas por el establecimiento penitenciario? Si: 16.6% no: 83.3% de acuerdo con lo encontrado en este ítem, se puede decir que la mayoría de los internos no les agradaría que se trabaje con sus familias debido a que muchos de ellos tienen a sus parientes en

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

ciudades lejanas, por que sus parejas están con otras personas y por que sus hijos están pequeños y algunos estudiando.

18. ¿Dónde buscaría información o ayuda y/o para un compañero del establecimiento penitenciario que tenga problemas con el alcohol o las drogas?

    Área de psicología: 100% de acuerdo con lo hallado en este ítem se reconoce el papel del psicólogo en dicho establecimiento ya que los internos confían sus problemas, cuestionamientos y dudas de las sustancias psicoactivas al área psicológica ya que refieren son las personas que mas tienen conocimiento y pericia en dicha temática.

19. ¿Si se descubre que un interno está consumiendo drogas qué habría que hacer con él? Hablar con él: 80% dejarlo solo: 10% que él decida: 10% en relación con lo obtenido en dicho ítem se puede conocer que los internos ven como mejor opción dialogar con el compañero que se encuentra consumiendo sustancias psicoactivas ya que es indispensable conocer el motivo por el cual lo hace teniendo en cuenta el sentir, pensar y actuar de dicha persona en pro de su bienestar.

20. En general, ¿cuán satisfecho se siente usted con su actual ambiente penitenciario?

    Muy satisfecho: 41.6%

    Bastante: 41.6%

    Algo: 8.3%

    Poco: 8.3%

    Nada: 0%

    Al analizar este ítem se puede ver que los internos se encuentran a gusto con el clima y el ambiente que se vive en el establecimiento penitenciario lo que puede llegar a influir positivamente en la relación que se tenga entre compañeros y por lo tanto en la disminución de consumo de SPA (véase Gráfica 8).

21. ¿Cuál es su estado civil?

    Soltero: 80%

    Unión libre: 16.6%

    Casado: 1.6%

    Separado: 1.6%

En relación al estado civil de los internos del EPMS San Gil se encuentra que el 80% son solteros, el 16.6% están en unión libre, el 1.6% casados y el 1.6% están separados. Al explorar el estado civil de los internos actualmente se encuentra que prevalecen los internos solteros en un 80% y las uniones libres en un 16.6%. Esta información se hace importante en la medida que permita comprender las posibles relaciones que pueden hacer parte de la dinámica familiar de los internos.

Teniendo en cuenta los resultados derivados de la aplicación del Inventario de Drogas se llega a la tentativa de poder trabajar temas relacionados con la promoción de estrategias de afrontamiento y por lo tanto de la salud para que aprendan a manejar situaciones de estrés y ansiedad ante el consumo de sustancias psicoactivas. Por otro lado, se busca trabajar temas relacionados con el conocimiento de las enfermedades que produce las sustancias psicoactivas y sus efectos en el cuerpo humano involucrando el sistema nervioso central, para disminuir el desconocimiento de las consecuencias que acarrea el consumo de SPA.

Talleres de capacitación con internos consumidores de SPA

Actividad dos. Explorando el Grupo

Objetivo

Conocer a nivel personal los miembros del grupo.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada uno de los grupos.

Fecha

Semana del 02 al 06 de Marzo de 2009 distribuidos en 4 grupos de 15 personas cada uno como se muestra a continuación:

Marzo 02: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Marzo 03: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Marzo 04: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Marzo 05: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología.

Recursos: Una bola de lana de color azul

Procedimiento.

1. Presentación por parte de la estudiante de pasantía social de noveno semestre de Psicología de la Universidad Autónoma de Bucaramanga-UNAB. Ext. UNISANGIL. En esta parte de la actividad se realizó el encuadre, dejando claro aspectos tales como: el tiempo, las reglas o instrucciones, la finalidad del trabajo, entre otros detalles.
2. Se le solicitó a los internos del establecimiento, se mantuvieran sentados en sus puestos ya que la bola de lana empezaría a ser soltada y rotada.
3. De esta manera se procedió a pasar la bola con el fin de conocer los nombres de todos los participantes, la actividad se dividió en tres fases:
    - Cada interno, se encontraba sentado en una silla del salón formando una mesa redonda.
    - Posteriormente la estudiante tomó la punta de la bola de lana, dijo su nombre y una cualidad y pasó la bola sin soltar la punta a un integrante del grupo, para que este realizara la misma tarea y así se formó la figura de una telaraña.
    - Evaluación de la actividad: en este punto se realizó la retroalimentación con los participantes del grupo, de tai modo que se pudo conocer cómo se sintieron, qué aprendieron y en qué se puede mejorar para una futura aplicación.

    Preguntas:

    a) ¿Cómo se sintieron con el desarrollo de las actividades?
    b) ¿Qué aprendieron de las actividades?
    c) ¿Qué no entendieron de las actividades? ¿por qué?
    d) ¿Qué puede mejorar de las actividades?

    Respuestas:

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

a) Con respecto a la pregunta ¿cómo se sintieron?: la respuesta fue heterogénea, pues dieron diversas manifestaciones y opiniones después de la actividad, entre ellas se encontraron divertido, diferente, emotivo, chistoso, chévere, entretenido, concentración, entre otras.
b) Con relación a la pregunta ¿Qué aprendieron de las actividades?: la respuesta fue que conocieron los nombres de sus compañeros ya que algunos no los sabían, además se instruyeron en todo lo que los otros saben hacer como manualidades, artes, musicales y teatro como actividades favoritas de sano esparcimiento.
c) Con respecto a la pregunta ¿Qué no entendieron?: no refirieron nada, ya que todos estuvieron de acuerdo que habían entendido a la perfección las instrucciones y demás situaciones con respecto a las actividades.
d) Con respecto a la pregunta ¿Qué se puede mejorar?: los participantes manifestaron que debido a que fue la primera experiencia con este trabajo de pasantía la actividad fue de total agrado, no hubo nada que modificar.

Actividad dos. Explorando el grupo

Objetivo

Conocer a nivel personal los miembros del grupo

Participantes. Internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil.

Tiempo: 60 minutos con el grupo.

Fecha: Semana del 02 al 06 de Marzo de 2009 distribuidos en 4 grupos de 15 personas cada uno como se muestra a continuación:

Marzo 02: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Marzo 03: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Marzo 04: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Marzo 05: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Lugar: Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: un espógrafo o marcador, un borrador de tablero

Procedimiento

1. Presentación por parte de la estudiante de pasantía social de noveno semestre de Psicología de la Universidad Autónoma de Bucaramanga-UNAB. Ext. UNISANGIL. En esta parte de la actividad se realizó el encuadre, dejando claro aspectos tales como: el tiempo, las reglas o instrucciones, la finalidad del trabajo, entre otros detalles.
2. Se le solicitó a los internos del establecimiento, se mantuvieran sentados en sus puestos ya que se conocería el nombre de los participantes.
3. De esta manera se procedió a realizar la actividad y ésta se dividió en tres fases:
    - La estudiante dijo: "mi nombre es Johanna y me he ido a África con un abanico" (porque ésta palabra empieza con "a").
    - El siguiente enlazó y dijo el nombre de la estudiante, el objeto que lleva y agrega: "mi nombre es X y me he ido a África con un bastón" (porque ésta palabra empieza con "b").
    - Se continuó realizando la actividad de manera sucesiva hasta agotar todas las letras del alfabeto en la inicial de cada palabra y el número de participantes.

    Evaluación de la actividad: en este punto se hizo retroalimentación con los participantes del grupo con el fin de conocer su experiencia ante la actividad ejecutada.

    Preguntas:

    - ¿Cómo se sintieron con el desarrollo de la actividad?
    - ¿Qué aprendieron de la actividad?
    - ¿Qué no entendieron de la actividad? ¿por qué?
    - ¿Qué puede mejorar de la actividad?

Respuestas:

Con respecto a la pregunta ¿cómo se sintieron?: la respuesta fue homogénea, pues dieron manifestaciones y opiniones similares después de la actividad, entre ellas se

destacan el hecho de no recordar las letras del abecedario, ni objetos que empiecen por las mismas ya que dicen no tener la memoria tan fresca y resiente como antes pero que de igual manera fue una actividad agradable, distinta a las demás e ilustrativa.

Con relación a la pregunta ¿Qué aprendieron de las actividades?; la respuesta fue que pudieron conocer nuevos nombres de objetos, lugares y nombres de personas que antes no habían escuchado y que por lo tanto es un nuevo conocimiento el que han adquirido por medio de dicha actividad.

Con respecto a la pregunta ¿Qué no entendieron?; no refirieron nada, ya que todos estuvieron de acuerdo que habían entendido a la perfección las instrucciones y demás situaciones con respecto a las actividades.

Con respecto a la pregunta ¿Qué se puede mejorar?; los participantes manifestaron que debido a que fue la primera experiencia con este trabajo de pasantía la actividad fue de total agrado, no hubo nada que modificar.

Actividad tres. Conociendo estilos de afrontamiento

Objetivo

Determinar los estilos de afrontamiento que utilizan los internos ante una situación estresante que conlleve al consumo.

Participantes.

60 Internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil,

Tiempo: 60 minutos con el grupo.

Fecha: Semana del 09 al 13 de Marzo de 2009 distribuidos en 4 grupos de 15 personas cada uno como se muestra a continuación:

Marzo 09: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Marzo 10: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Marzo 11:15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Marzo 12: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Lugar: Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: cartulinas, grafos, caso ilustrativo

Procedimiento

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

1. Saludo por parte de la estudiante de pasantía social de noveno semestre de Psicología de la Universidad Autónoma de Bucaramanga-UNAB. Ext. UNISANGIL.
2. Se le solicitó a los internos del establecimiento, formaran grupos de 5 personas para trabajar en mesa redonda por subgrupos.
3. De esta manera se procedió a realizar la actividad y ésta se dividió en tres fases: Primero se dio lectura al caso de Juan en donde se conocería la situación de dicho joven que consumía drogas y las problemáticas que éste vivía. Segundo se procedió a analizar el caso de tal manera que debían darle solución de manera inteligente y para esto se formaron los grupos y seguidamente se entregó las cartulinas y los grafos. Por último se realizó una exposición de cada uno de los grupos en donde debían socializar las posibles soluciones que se le daba al caso de Juan.
4. Evaluación de la actividad: por medio de dicha actividad se pudo dar un paso al conocimiento de las estrategias de afrontamiento dentro de las cuales se alcanza a reconocer que la mayoría utiliza la estrategia de afrontamiento centrada en las emociones ya que las respuestas que daban los internos obedece a categorías tales como: la importancia de los sentimientos, la ira, la alegría, entre otros. Sin embargo, algunos internos utilizan estrategias de afrontamiento centradas la resolución de problemas. Es necesario y de vital importancia continuar con la realización de actividades que permitan definir las estrategias que los internos utilizan ante una situación estresante en el consumo de sustancias.

Actividad cuatro. Habilidades sociales

Objetivo

Afianzar las conductas que son habilidosas socialmente para los internos con el fin de aprender nuevas actitudes ante el consumo de sustancias psicoactivas.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada uno de los cuatro grupos.

Fecha

Semana del 20 al 24 de Abril de 2009 distribuidos de la siguiente manera:

Abril 20: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Abril 21: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Abril 22: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Abril 23: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: papel periódico, grafos, papel bond, pegante, tijeras.

Procedimiento

1. Explicación de la actividad: se les aclaró a los internos la dinámica de la actividad que fue la siguiente: se conformaron tres grupos de cinco personas cada uno, se repartió el papel bond, papel periódico, tijeras y pegante. La actividad consistía en que cada grupo debía recortar aquellas imágenes que fueran importantes y reflejaran una visión diferente de lo que es el consumo de sustancias psicoactivas en sus vidas y cómo se conciben de aquí a un año. Luego de tener listo el collage, un representante del grupo debía explicar con sus palabras lo que sus compañeros deseaban expresar por medio de los recortes utilizados.
2. Evaluación de la actividad: en este punto se realizó la retroalimentación con los participantes del grupo, de tal modo que se pudo conocer cómo se sintieron, qué aprendieron y en qué se puede mejorar para una futura aplicación.

   Preguntas:

   ¿Cómo se sintieron con el desarrollo de la actividad?

   ¿Qué aprendieron de la actividad?

   ¿En qué podría mejorar para futuras aplicaciones?

   Con respecto a la pregunta ¿cómo se sintieron?: la respuesta fue homogénea pues la mayoría de los internos se sintieron a gusto con la actividad ya que la

catalogaron como diferente, que les permite despejar la mente, expresar los sentimientos de manera adecuada teniendo en cuenta que los demás compañeros pueden sentir lo mismo y por lo tanto pueden llegar juntos a conclusiones similares.

Con relación a la pregunta ¿Qué aprendieron de la actividad?; la respuesta fue que conocieron los conceptos que los compañeros tienen acerca de las sustancias psicoactivas y su interés por disminuir el consumo, además conocieron una forma diferente para expresar sus pensamientos a otras personas. Por otra parte, reconocieron la influencia negativa que tiene el consumo de sustancias en sus vidas por lo que juntos la definieron como "mortal" para su existencia.

Con respecto a la pregunta ¿Qué se puede mejorar?; los participantes manifestaron que dicha actividad fue de total agrado, por lo que quisieran que todos los demás compañeros la pudiesen ejecutar no solo para utilizar el tiempo libre sino también para dar un nuevo significado al consumo de sustancias psicoactivas,

3. Actividad; Dilema Moral (véase apéndice D). A continuación de la actividad del collage, se suministró a los internos un formato que contenía un dilema moral que juntos debían dar solución de manera oportuna, coherente y eficaz. Se conformaron dos grupos en donde cada uno de ellos recibía el formato y se dió tiempo para que lo pudieran desarrollar. Después de 15 minutos, los internos expusieron sus respuestas
4. Evaluación de la actividad. Por medio de dicho dilema moral se pudo conocer a grandes rasgos la forma en que los internos dan solución a una situación hipotética que en este caso era la preservación de la especie humana después de un bombardeo y también acerca de los diferentes roles sociales que adquirieran si dicho caso se presentara.

Actividad cinco. Pero, ¿y qué son las drogas?

Objetivo

Orientar a los internos que consumen sustancias psicoactivas acerca del significado de las drogas, su clasificación, consecuencias físicas, psíquicas y sociales para así redefinir sus pensamientos hacia la drogadicción.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada uno de los cuatro grupos.

Fecha

Semana del 04 al 08 de Mayo de 2009 distribuidos de la siguiente manera:

Mayo 04: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Mayo 05: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Mayo 06: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Mayo 07: 15 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA.

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología.

Recursos: carteleras alusivas a la drogadicción, folletos informativos, imágenes ilustrativas y formato de evaluación de la actividad realizada.

Procedimiento.

1. Explicación de la actividad: dicha actividad inició con la aclaración del objetivo a lograr y seguidamente la estudiante practicante realizó la debida explicación de las carteleras alusivas a la drogadicción en donde se tocaron temas como la definición que se encuentra en los textos acerca de las sustancias psicoactivas, las consecuencias a nivel personal, social, físico y familiar de la persona consumidora, el tabaco y sus implicaciones a nivel fisiológico y la ingesta de alcohol con sus consecuencias nocivas para la salud. Al mismo tiempo se presentaron imágenes a color en donde mostraba el estado de los órganos del

cuerpo de un ser humano que consume sustancias psicoactivas, alcohol y tabaco. A continuación se dio entrega de los folletos informativos (véase apéndice E) en donde se realizó la debida retroalimentación de lo que en él se encuentra, por lo que surgieron preguntas por parte de los participantes y se dio respuesta a cada una de ellas. Finalmente se repartió el formato de evaluación para los internos (véase apéndice F) en donde debían responder de manera sincera cada una de las preguntas allí plasmadas.

2. Evaluación de la actividad: en este punto se realizó la retroalimentación con los participantes del grupo, de tal modo que se pudo conocer cómo se sintieron, qué aprendieron y en qué se puede mejorar para una futura aplicación.

   Preguntas:

   ¿Cómo se sintieron con el desarrollo de la actividad?

   ¿Qué aprendieron de la actividad?

   ¿En qué podría mejorar para futuras aplicaciones?

Con respecto a la pregunta ¿cómo se sintieron?: las respuestas Rieron similares pues la mayoría de los internos se sintieron a gusto con la actividad ya que les permitió conocer términos y definiciones que para ellos eran desconocidas, además, enfatizaron en las consecuencias que trae consigo el consumo de sustancias psicoactivas, alcohol y tabaco a nivel interpersonal, familiar y social.

Con relación a la pregunta ¿Qué aprendieron de la actividad?: la respuesta fue que comprendieron el efecto que trae oculto el consumo de dichas sustancias, sus consecuencias a nivel social, personal y familiar y el estado del cuerpo de una persona que las consume. Por otra parte, reconocieron que el consumo de sustancias psicoactivas no son para nada recomendables para la salud y que no existe ninguna positiva para sus vidas ni el de sus familias que se ven envueltos en dicha situación.

Con respecto a la pregunta ¿Qué se puede mejorar?: los participantes manifestaron que dicha actividad fue de completo conocimiento, de aprendizaje e ilustrativo por lo que quisieran obtener mas información acerca del consumo de sustancias psicoactivas.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Actividad seis. Consecuencias psicológicas, físicas y conductuales del consumo de sustancias ps ¡coactivas

Objetivo

Explicar a los internos que consumen sustancias psicoactivas las consecuencias psicológicas, físicas y conductuales que trae consigo el consumo de sustancias para así redefinir el concepto que tienen de la drogadicción.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada uno de los cuatro grupos.

Fecha

Con cada uno de los grupos se trabajó en la semana del 11 al 15 de Mayo del año en curso de la siguiente manera:

Mayo 11: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas.

Mayo 12: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas.

Mayo 13: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas.

Mayo 14: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas.

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología.

Recursos: Presentación en Power Point del tema a trabajar, carteleras alusivas a la drogadicción, imágenes ilustrativas, sopa de letras y formato de evaluación de la actividad realizada.

Procedimiento.

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se solicitó a los internos formasen una mesa redonda en donde se explicó el objetivo de la capacitación para luego iniciar con la presentación en Power Point de las consecuencias psicológicas, físicas y conductuales del consumo de SPA; en este punto se expuso las diapositivas debidamente

preparadas y las imágenes ilustrativas de personas enfermas que consumen sustancias perjudiciales para la salud en donde se resolvieron dudas por parte de los internos de la temática presentada, posteriormente, se dio entrega del formato de evaluación (véase apéndice G) el cual fue contestado por parejas dentro del mismo grupo y también se resolvió la sopa de letras elaborada para la sesión (véase apéndice H). Finalmente se hizo una retroalimentación de lo visto en donde los internos participaron de manera activa y colaboradora.

2. Evaluación de la actividad: a continuación se presentan los resultados hallados en el formato de evaluación:
    - La primera pregunta consiste en mencionar al menos 3 consecuencias psicológicas del consumo de sustancias psicoactivas en una persona y las respuestas más contestadas en su orden fueron: pensamientos suicidas, relajación, estados de tranquilidad, sentimientos de grandiosidad, deterioro de la memoria, ansiedad y depresión.
    - La segunda pregunta consiste en mencionar 3 consecuencias físicas del consumo de sustancias psicoactivas en una persona y las respuestas más contestadas en su orden fueron: somnolencia, disminución del deseo sexual, taquicardia, sudoración, alteraciones en el sistema nervioso central, sistema cardiovascular, sistema respiratorio e inmunológico.
    - La tercera pregunta consiste en mencionar 3 consecuencias conductuales del consumo de sustancias psicoactivas en una persona y las respuestas más contestadas en su orden fueron: hiperactividad, aumento de la ingesta de comida, estrés, agresividad, hablar más entre otras.
    - La cuarta pregunta consiste en mencionar cuales cree que son las causas por las cuales una persona consume sustancias psicoactivas en la actualidad y las respuestas fueron: por estrés, angustia, miedo, problemas familiares, costumbre, rechazo de la sociedad, depresión, exigencia del cuerpo, cansancio y problemas psicológicos.
    - La quinta pregunta consiste en dar una solución viable al caso de Juan y algunas de las respuestas más contestadas fueron: Juan debe buscar ayuda

profesional o de un amigo de tal manera que disminuya el consuno de sustancias psicoactivas, además terminar su colegiatura para conseguir trabajo y salir adelante con su nueva familia que es su novia y su hijo (a). Que cuente con sus padres para todo pues son ellos los que le han ayudado hasta el momento así tengan historias y situaciones tan difíciles de manejar.

- Con respecto a la sopa de letras los internos resolvieron con gusto e interés dicha actividad.

3. ¿Qué aprendieron de la actividad?: los internos complementaron que lo aprendido en dicha capacitación fue la importancia de conocer las consecuencias que trae el consumo de sustancias psicoactivas no solo a nivel físico y psicológico sino también conductual ya que casi nunca se diferencia una de la otra pero que al mirarlas detenidamente son diferentes y afectan al cuerpo del ser humano que es uno solo a la hora de la verdad. Igualmente los internos quedaron sorprendidos con las imágenes suministradas pues no conocían la forma en que se convierten los órganos cuando se consume sustancias psicoactivas y reconocen que muchas veces la ignorancia es la culpable de muchos males que aquejan a la humanidad actualmente.
4. ¿Qué se puede mejorar?: los participantes manifestaron que dicha actividad fue ilustrativa y que sería bueno plasmar las imágenes en físico y ubicarlas en las paredes para que los demás internos conozcan las consecuencias del consumo de SPA en el interior del establecimiento penitenciario.

Actividad siete. Consecuencias psicológicas, físicas y conductuales del consumo de alcohol y tabaco

Objetivo

Orientar a los internos que consumen sustancias psicoactivas las consecuencias psicológicas, físicas y conductuales que trae consigo la ingesta de alcohol y consumo de tabaco para así redefinir el concepto que tienen de las mismas.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada uno de los cuatro grupos.

Fecha

Con cada uno de los grupos se trabajó en la semana del 18 al 22 de Mayo del año en curso de la siguiente manera:

Mayo 18: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Mayo 19: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Mayo 20: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Mayo 21: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: Presentación en Power Point del tema a trabajar, carteleras alusivas a la ingesta de alcohol y consumo de tabaco, imágenes ilustrativas, y formato de evaluación de la actividad realizada.

Procedimiento.

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se solicitó a los internos formasen una mesa redonda en donde se explicó el objetivo de la capacitación para luego iniciar con la presentación en Power Point de las consecuencias psicológicas, físicas y conductuaíes de la ingesta de alcohol y consumo de alcohol; en este punto se expuso las diapositivas debidamente preparadas y las imágenes ilustrativas de personas enfermas que consumen alcohol y tabaco que son dañinas para la salud en donde se resolvieron dudas por parte de los internos de la temática presentada, posteriormente, se dio entrega del formato de evaluación (véase apéndice

   I) el cuál fue contestado por parejas dentro del mismo grupo. Finalmente se

hizo una retroalimentación de lo visto en donde los internos participaron de manera activa y colaboradora.

2. Evaluación de la actividad: a continuación se presentan los resultados hallados en el formato de evaluación:
    - La primera pregunta consiste en mencionar al menos 3 consecuencias psicológicas del consumo de tabaco y alcohol en una persona y las respuestas más contestadas en su orden fueron: relajación, descoordinación motora, problemas para hablar, dificultad para asociar ideas.
    - La segunda pregunta consiste en mencionar 3 consecuencias físicas del consumo de alcohol y tabaco en una persona y las respuestas más contestadas en su orden fueron: problemas respiratorios, cardiacos, problemas en el pulmón, hígado, cáncer de laringe, faringe y boca, problemas en el cerebro, problemas en el hígado, destrucción de neuronas, mal aliento, caries y amarillamiento en los dientes.
    - La tercera pregunta consiste en mencionar 3 consecuencias conductuales del consumo de alcohol y tabaco en una persona y las respuestas más contestadas en su orden fueron: dificultad para caminar, tolerancia y dependencia, agresividad, problemas familiares, sociales y personales.
    - La cuarta pregunta consiste en mencionar cuales cree que son las causas por las que una persona consume alcohol en la actualidad y las respuestas fueron: problemas familiares, sentimientos de tristeza y soledad, búsqueda de comprensión, ansiedad, depresión, evasión de la realidad, penas amorosas, entre otras.
    - La quinta pregunta consiste en describir cuales consideran que son las causas por las cuales una persona consume tabaco actualmente y las respuestas fueron: depresión, adicción a la nicotina, calmar la ansiedad, estrés, conflictos en el hogar, búsqueda de relajación y mejora de pensamientos.

[8] El último ítem consiste en elaborar una copla alusiva al consumo de tabaco y alcohol la cual fue desarrollada por los internos de cada grupo.

3. ¿Qué aprendieron de la actividad?: los internos complementaron que lo aprendido en dicha capacitación fue la importancia de conocer las consecuencias que trae la ingesta de alcohol y el consumo de tabaco no solo a nivel físico y psicológico sino también conductual olvidando que el cuerpo es el que trabaja por nosotros en el mundo y que si el cuerpo y la mente están afectadas se dificulta el trabajo a nivel social y personal. Igualmente los internos comprendieron que el consumo de alcohol y de tabaco es un mal que se está propagando por todo el planeta a grandes cantidades y que la solución para ello está en nuestras manos y en los profesionales que trabajan para evitar su consumo y distribución.
4. ¿Qué se puede mejorar?: los participantes manifestaron que dicha actividad fue educativa y que por lo tanto no existe nada que modificar para futuras aplicaciones.

Actividad ocho. Cineforo "quien quiere ser millonario "

Objetivo

Sensibilizar a los internos acerca de sus propios sentimientos y del valor que posee la lucha por alcanzar los sueños y las metas propuestas en sus vidas a pesar de las adversidades que se puedan presentar en ella.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

130 minutos en total.

Fecha

El desarrollo de la película se hizo de manera grupal en la semana del 01 al 05 de Junio del año en curso.

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: medio audiovisual (DVD), CD que contiene la película "Quien Quiere Ser Millonario".

Ficha técnica:

Titulo. "Quien Quiere Ser Millonario" en inglés "Slumdog Millonaire"

Género. Comedia Dramática

Calificación. Película apta para personas mayores de 16 años de edad

Año. 2008

Fecha de estreno. 13/02/2009

País. Estados Unidos, El Reino Unido

Duración. 120 minutos

Director. Danny Boyle, Loveleen Tandan

Reparto. Dev Ptel, Añil Kapoor, Saurabh Shukla, Rajendranath Zutshi, jeneva Talwar, Iraf Khan, Freída Pinto.

Sinopsis:

Jamal Malik en un chico huérfano de 18 años de edad que vive en los suburbios de la ciudad de Mumbai; el muchacho participa en la versión india del programa quien quiere ser millonario pero ¿cómo un chico de la calle puede saber tanto? Jamal es acusado de haber hecho trampas para ganar el certamen y para poder probar su inocencia Jamal cuenta la historia de su vida, sus experiencias en las calles, con la gente de los suburbios e incluso su amor por Latika.

Procedimiento.

Explicación de la actividad: se solicitó a los internos ocupar sus lugares en el aula de clases ya que la película seria puesta en marcha para el grupo en general y así iniciar con la presentación de la misma. Después de 130 minutos finalizó la cinta y la evaluación se realizó a la siguiente semana.

Actividad nueve. Retroalimentación de la película "quién quiere ser millonario"

Objetivo

Determinar el grado de enseñanza que aportó la cinta para la vida de los internos que consumen sustancias psicoactivas teniendo en cuenta valores, principios y creencias que estos poseen acerca de la superación personal, la realidad social y la drogadicción.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada uno de los grupos.

Fecha

Con cada uno de los grupos se trabajó en la semana del 08 al 12 de Junio del año en curso de la siguiente manera:

Junio 08: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas.

Junio 09: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas.

Junio 10: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas.

Junio 11: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas.

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: chocolatinas, galletas Wafer, colombinas, papeles con preguntas abiertas en alusión a la película vista.

Procedimiento.

1. Explicación de la actividad. La presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se pidió a los internos formasen una mesa redonda y cada uno de ellos tomaba en sus manos un papel con una pregunta de tal manera que contaban con 5 minutos para preparar la respuesta que sería previamente expuesta ante los demás compañeros de grupo y así analizar la síntesis de la película y el mensaje que ésta les dejó.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

2. Evaluación de la actividad. La forma en que se evaluó la cinta expuesta se realizó por medio de 15 preguntas abiertas y reflexivas en donde los participantes se expresaban libremente, y al finalizar la mesa redonda se repartió los incentivos comestibles a cada uno de los internos, (ver anexo J)
3. ¿Qué aprendieron de la actividad?; los internos complementaron que lo aprendido en dicha actividad fue la importancia de reconocer las diferentes situaciones que se experimentan en otros países y en otras culturas, además de comprender el verdadero significado de la vida cuando se cuenta con un apoyo contante a nivel social y familiar. Igualmente los internos manifestaron que dicha cinta fue de gran agrado pues los acerca a sus propias experiencias de vida y la manera en que se puede afrontar de diferente manera teniendo en cuenta la existencia de los demás seres humanos y las cualidades y virtudes con la que ellos nacen para ayudar a quienes lo necesitan. En este punto es importante resaltar la concurrencia de los participantes a la actividad ya que asistieron de manera activa y colaboradora.

Actividad diez. Historia existencia!

Objetivo

Sensibilizar a los internos acerca de las diferencias individuales y promover así un acercamiento a la interaceptación mutua y al respeto por medio de las vivencias experimentadas.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada uno de los cuatro grupos.

Fecha

Con cada uno de los grupos se trabajó en la semana del 06 al 10 de Julio del año en curso de la siguiente manera:

Julio 06: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Julio 07: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Julio 08: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Julio 09: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: copias del formato de la actividad "Historia Existencial", lápices y tapiceros.

Procedimiento

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se solicitó a los internos formasen una mesa redonda en donde se explicó el objetivo de la capacitación para luego repartir los formatos y los lapiceros a cada uno de los participantes. Luego se les pidió a los internos que contestaran a las preguntas del formato "Historia Existencial" (ver anexo K) de manera amplia y detallada para lo cual se dispuso de 10 minutos de tiempo. Finalmente se hizo una retro alimentación de lo desarrollado en donde los internos participaron de manera activa y colaboradora.
2. Evaluación de la actividad: por medio de la actividad desarrollada se pudo encontrar que los participantes no solo ejecutaron la actividad de manera completa y ordenada sino que también comprendieron la importancia de respetar la palabra y el pensamiento del compañero ya que también son seres humanos que merecen ser escuchados y comprendidos por las situaciones en que se encuentran sin ningún tipo de discriminación ni egoísmo. Por otro lado, también entendieron que todos tienen un común denominador que es luchar por los sueños y las ilusiones que los mantiene vivos sin olvidar la familia, los hijos y el significado de la libertad.
3. ¿Qué aprendieron de la actividad?: los internos manifestaron que en dicha actividad asimilaron muchas experiencias que han vivido de manera satisfactoria y que fue como echar un vistazo a lo vivido en su existencia, que hay muchas cosas bellas por rescatar y que la privación de la libertad no es un obstáculo para lograrlos y ejecutarlos.

Actividad once. Día de independencia

Objetivo

Conmemorar la celebración del día de la independencia de Colombia por medio de actos protocolarios, lúdicos y educativos que permitieran la participación del grupo de sustancias psicoactivas en las mismas.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada uno de los cuatro grupos.

Fecha

Con cada uno de ios grupos se trabajó en la semana del 13 al 17 de Julio del año en curso de la siguiente manera:

Julio 14: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Julio 15: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Julio 16: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Julio 17: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: Grabadora, CD con música colombiana, trajes típicos, cartulinas, pegamento, lápices, temperas.

Procedimiento

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: durante esta semana se trabajó con los internos acerca de los puntos a ejecutar en la celebración del día de la independencia en donde se presentarían con los siguientes actos: baile, acróstico, coplas, canto y poesía. Se dividieron en grupos y a cada uno de ellos se les asignó una responsabilidad en particular que debían preparar, ensayar y sustentar el día previsto.

2. Evaluación de la actividad: el día 21 de Julio de 2009 se llevó a cabo en el Establecimiento Penitenciario de San Gil la conmemoración del día de independencia en donde asistieron diferentes representantes legales y sociales de la comunidad Guanentina como lo fue el Director del establecimiento, Profesores del SENA, profesores del IDEAR (SEPAS), entre otros donde se admiró el trabajo y la participación de los internos en dicha actividad. Por parte del grupo de sustancias psicoactivas se llevó a cabo la presentación del baile típico "El Sanjuanero", acróstico con la palabra Independencia (ver anexo L), coplas alusivas a la actividad y poesía a cargo de los mismos. Los internos participaron de manera responsable, activa y comprometida además de poner entusiasmo y carisma a cada uno de los actos con los que se presentaron; es importante destacar el sentido de pertenencia de los internos para con la institución y la conmemoración de dicha actividad patriota.
3. ¿Qué aprendieron de la actividad?: los internos manifestaron que en dicha actividad pusieron en escena muchas de sus actitudes para participar en público, que no es fácil para ellos realizar actos que impliquen sociabilidad pero que a su vez los pone a prueba para evaluar sus capacidades y sus destrezas en las mismas.

Actividad doce. La esquela

Objetivo

Ayudar a ver la propia vida más claramente desde la perspectiva de su muerte imaginada, para motivar valores y reforzar el hecho de que todavía se cuenta con vida por delante y que se puede luchar por ella y por sus ideales.

Participantes

60 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada uno de los cuatro grupos.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Fecha

Con cada uno de los grupos se trabajó en la semana del 27 al 31 de Julio del año en curso de la siguiente manera:

Julio 27: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Julio 28: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Julio 29: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Julio 30: grupo de 15 internos que consumen sustancias psicoactivas

Lugar

Aula de clase del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: copias del formato de la actividad "La Esquela", lápices y lapiceros.

Procedimiento

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se solicitó a los internos formasen una mesa redonda en donde se explicó el objetivo de la capacitación para luego repartir los formatos y los lapiceros a cada uno de los participantes. Luego se les pidió a los internos que contestaran a las preguntas del formato "La Esquela" (ver anexo M) de manera amplia y detallada para lo cual se dispuso de 15 minutos de tiempo .Finalmente se hizo una retroalimentación de lo desarrollado en donde los internos participaron de manera activa y colaboradora.
2. Evaluación de la actividad: por medio de la actividad desarrollada se pudo encontrar que los participantes no solo ejecutaron la tarea de manera completa y ordenada sino que también dieron un nuevo significado a la palabra vida y a la palabra muerte en donde se tuvo en cuenta temas como la familia, el empleo, la superación personal y profesional. Por otro lado, también entendieron que todos tienen aspiraciones claras y definidas de lo que quieren hacer con sus vidas después de salir en libertad ya que tienen presente a sus familiares y de manera especial a sus hijos.
3. ¿Qué aprendieron de la actividad?: los internos manifestaron que en dicha actividad comprendieron que la vida es una sola y como tal hay que vivirla con

amor, satisfacción, responsabilidad y compromiso, además aprendieron a darse cuenta que no todo está perdido y que muchas veces se está triste pero que cuando se está feliz es el mejor tiempo para pensar, reflexionar y actuar bien.

Actividad trece. Historia existendal

Objetivo

Sensibilizar a los internos acerca de las diferencias individuales y promover así un acercamiento a la interaceptación mutua y al respeto por medio de las vivencias experimentadas.

Participantes

18 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas y pertenecen al patio N. 2 del mismo.

Tiempo

60 minutos con el grupo.

Fecha

Semana del 10 al 14 de Agosto de 2009

Lugar

Patio N.2 del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: copias del formato de la actividad "Historia Existencial", lápices y lapiceros, papel seda, tijeras y coibón.

Procedimiento

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se solicitó a ios internos formasen una mesa redonda en donde se explicó el objetivo de la capacitación para luego repartir los formatos y los lapiceros a cada uno de los participantes. Luego se les pidió a los internos que contestaran a las preguntas del formato "Historia Existencial" (ver anexo K) de manera amplia y detallada para lo cual se dispuso de 10 minutos de tiempo. Por otro lado, se realizó una actividad con papel seda en donde se formaron tres grupos, un primer grupo conformado por un integrante, un segundo grupo

conformado por dos integrantes y un tercer grupo donde participaron el resto de los integrantes; seguidamente se les repartió a cada grupo dos pliegos de papel en donde debían cortar tiras para formar argollas y unirlas respectivamente, el primer grupo en terminar es el tiempo limite para los demás. Finalmente se hizo una retroalimentación de lo desarrollado en donde los internos participaron de manera activa y colaboradora.

2. Evaluación de la actividad: por medio de la actividad desarrollada se pudo encontrar que los participantes tienen un significado real y personal acerca de sus expectativas de vida ya que perciben dicha estadía en el establecimiento penitenciario como una forma de reivindicarse de sus malos comportamientos en la calle y además como un estilo de vida al cual se deben acostumbrar pero nunca dejar de lado las cosas que desean hacer cuando recuperen su anhelada libertad. Con respecto a la actividad de las argollas se buscó sensibilizar a los participantes en la importancia que tiene el compartir con el otro más cercano las experiencias que se viven en dicho lugar de manera respetuosa y responsable además, manifestaron que no es lo mismo trabajar solos que tener la colaboración de sus demás compañeros en cualquier actividad a desarrollar y que necesitan la ayuda de los otros
3. ¿Qué aprendieron de la actividad?: los internos manifestaron que en dicha actividad asimilaron muchas experiencias que han vivido de manera satisfactoria y que fue como echar un vistazo a lo vivido en su existencia, que hay muchas cosas bellas por rescatar y que la privación de la libertad no es un obstáculo para lograrlos y ejecutarlos.

Actividad catorce. Pescando valores

Objetivo

Fomentar en los internos el descubrimiento de sus valores y ser utilizarlos como herramientas fundamentales para asumir una mejor actitud en su condición de privación de libertad.

Participantes

18 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas y pertenecen al patio N. 2 del mismo.

Tiempo

60 minutos con el grupo.

Fecha

Semana del 17 al 21 de Agosto de 2009

Lugar

Patio N.2 del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: copias del formato de la actividad "Pescando Valores", lápices, colores de varios tonos.

Procedimiento

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se solicitó a los internos formasen una mesa redonda en donde se explicó el objetivo de la capacitación para luego repartir los formatos y los colores a cada uno de los participantes (ver anexo N). Luego se les pidió a los internos que colorearan el formato de la forma en que ellos desearan y contestaran qué es para ellos la palabra valores y mencionaran los que ellos creen que poseen. Finalmente se hizo una retroalimentación de lo desarrollado en donde los internos participaron de manera activa y colaboradora.
2. Evaluación de la actividad: por medio de la actividad desarrollada se pudo encontrar que los participantes tienen un significado confuso de lo que son los valores y de la manera en que se pueden poner en práctica de forma creativa y funcional, ya que confunden valores con capacidades que ellos tienen para realizar las actividades diarias, De igual manera al hacer la respectiva retroalimentación se analizó la diferencia entre los conceptos encontrados en cada uno de los participantes, dando como resultado los valores de: respeto por

el propio cuerpo y por el de los demás, solidaridad, honestidad, liderazgo, responsabilidad y autoconocimiento.

3. ¿Qué aprendieron de la actividad?; los internos manifestaron que en dicha actividad no solo le dieron nombre propio a sus valores sino que también se deben poner en práctica en todo momento y en todo lugar como parte de la expresión humana y social.

Actividad quince. Acumulando valores

Objetivo

Enseñar a los internos la importancia que tiene el darse cuenta de los valores y aspectos positivos con los que cuentan cada uno de ellos para utilizarlos en el ambiente carcelario en el que se encuentran.

Participantes

40 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada grupo.

Fecha

Semana del 31de Agosto a 04 de septiembre de 2009

Lugar

Aula de clases del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: copias del formato de la actividad "Acumulando Valores", lápices.

Procedimiento

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se solicitó a los internos que formaran una mesa redonda en donde se explicó el objetivo de la capacitación para luego repartir los formatos y los lápices a cada uno de los grupos (ver anexo O). Luego se les pidió a los internos que contestaran una a una las preguntas del formato de tal forma en que ellos tuvieran tiempo para pensar sus valores más representativos y sintieran

libertad de ordenarlos para luego ser analizadas con ios compañeros y expresaran sus pensamientos de manera respetuosa y participativa. Finalmente se hizo una retroalimentación de lo desarrollado en donde los internos participaron de manera activa y colaboradora.

2. Evaluación de la actividad: mediante la ejecución de la presente actividad se pudo evidenciar no solo el significado que tienen los internos sobre los valores personales sino que también se pudo reconocer que mas de un compañero comparte valores similares en iguales posiciones lo que quiere decir que muchos de ellos cuentan con pensamientos parecidos lo que puede servir para ayudar a comprender la forma en que ellos perciben la vida en general y en particular la situación carcelaria. Igualmente, los valores mas representativos de los grupos ftte: tener educación, ayudar a los demás y trabajar duro; los valores que mas les causó curiosidad por su falta de comprensión por parte de los internos fue: ser honesto, ser leal y ser tolerante.
3. ¿Qué aprendieron de la actividad? De acuerdo con lo realizado los internos manifestaron que dicho ejercicio les sirvió para analizar aspectos hasta ahora desconocidos internamente y que hay muchos mas por descubrir, de la misma manera verbalizaron que los valores y las creencias de las personas son independientes y que como hay que respetarlos.

Actividad dieciséis. Reconociendo mis aspectos positivos

Objetivo

Promover en los internos el sentido de auto descubrimiento de los valores y aspectos positivos con los que cuentan para practicarlos en todos los aspectos de su vida ya que están privados de su libertad.

Participantes

40 internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

60 minutos con cada grupo.

Fecha

Semana del 7 al 11 de septiembre de 2009

Lugar

Aula de clases del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: copias del formato de la actividad "Reconociendo mis aspectos positivos", lápices.

Procedimiento

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se solicitó a los internos que formaran una mesa redonda en donde se explicó el objetivo de la capacitación para luego repartir los formatos y los lápices a cada uno de los grupos (ver anexo P). Luego se les pidió a los internos que contestaran una a una las preguntas del formato de tal forma en que ellos tuvieran tiempo para pensar sus valores más representativos para luego ser compartidas con los compañeros y expresaran sus pensamientos de manera respetuosa y participativa. Finalmente se hizo una retroal i mentación de lo desarrollado en donde los internos participaron de manera activa y colaboradora.
2. Evaluación de la actividad: por medio de la presente actividad se pudo encontrar que los internos llenaron de manera completa el formato repartido y que dicho formato generó el encuentro con sus verdaderos aspectos positivos, además reconocieron la importancia de su familia, futuro, creencias y expectativas ante la palabra libertad.
3. ¿Qué aprendieron de la actividad? De acuerdo con lo realizado los internos manifestaron que dicho ejercicio fue la expresión y el análisis de algunos aspectos de su vida que no habían pensado y que son importantes para poder salir adelante como lo son sus cambios frecuentes de actitud, de pensamientos y de comportamientos.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Actividad diecisiete. Construyendo mi proyecto de vida

Objetivo

Reconocer en los internos sus capacidades, aptitudes *y* aspectos positivos por medio de la realización de un proyecto de vida que abarque los aspectos social, personal, laboral y familiar.

Participantes

60 Internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil que consuman sustancias psicoactivas.

Tiempo

45 minutos con cada interno.

Fecha

Semana del 05 a 16 de Octubre de 2009

Lugar

Aula de clases del establecimiento penitenciario.

Metodología

Recursos: copias del formato "Proyecto de vida, pensando en mi futuro", lápices.

Procedimiento

1. Explicación de la actividad: la presente actividad se llevó a cabo de la siguiente manera: se llamó de manera individual a cada uno de los internos para llenar el formato de "Proyecto de Vida" (ver anexo Q) ,donde se les habló del objetivo de la misma, luego se explicó que debían llenar los espacios en blanco con las situaciones que ellos consideren adecuada según sus realidades de tal forma que dedicaran un tiempo para pensar en sus sueños, deseos, aspiraciones y su visión sobre el futuro. Finalmente se hizo una retroalimentación de lo desarrollado por los internos en donde se valorizó los aspectos positivos con los que cuentan y también se enfatizó en aquellos aspectos negativos que se deben mejorar para así alcanzar las metas propuestas cuando alcancen su libertad.

2. Evaluación de la actividad: por medio de la actividad desarrollada se pudo evidenciar la buena actitud con la que los participantes llevaron a cabo el ejercicio implementado ya que se conoció que muchos de quienes llenaban el formato se sentían a gusto pensando y visualizando sus actividades futuras cuando recobren su libertad pero también se encontró que con algunos internos no han visualizado sus actividades a ejecutar en el mañana. Por esto dicha actividad permitió conocer la forma en que los internos buscan soluciones adecuadas ante situaciones hipotéticas y que sirven para valorizar sus deseos de salir adelante y de recobrar muchos añílelos que se creían perdidos en ellos.
3. ¿Cómo se sintieron con el desarrollo de la actividad? Teniendo en cuenta lo explorado con los internos que llenaron el formato, estos manifestaron sentir ganas de luchar por los sueños que tienen ya que su condición de privación de libertad no les permite pensar de manera tranquila y ordenada y este fue un espacio de encuentro consigo mismo y de reconocimiento de las personas, aspectos y situaciones que les puede colaborar para lograr las metas propuestas cuando salgan el libertad.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

A través de este proceso se tuvo la oportunidad de verificar y evaluar los conocimientos adquiridos frente a la realidad, teniendo contacto con las problemáticas penitenciarias de un grupo en particular en este caso de sustancias psicoactivas; igualmente dio paso al desarrollo de nuevas habilidades sociales y personales además de potencializar las ya existentes, llevando a cabo un trabajo completo y responsable.

El Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad de San Gil ha brindado la oportunidad a la estudiante pasante de psicología de la UNAB extensión UNISANGIL llevar a cabo el presente proyecto de pasantía social, teniendo en cuenta que la institución cuenta con los recursos físicos, humanos y técnicos permitiendo desarrollar las actividades propuestas de manera correcta y eficaz.

Se puede concluir que los internos que consumen sustancias psicoactivas utilizan un estilo de afrontamiento centrado en las emociones, que se caracteriza por tener poco control sobre sus emociones y evaden la realidad dando paso a problemas interpersonales y distanciamiento social.

Sin embargo, se realizó la intervención en dichos estilos por medio de las características personales, el autocontrol y la reevaluación positiva para fortalecer sus actitudes frente al consumo de sustancias disminuyendo la ansiedad y el estrés que les genera no solo la condición carcelaria sino también personal y familiar. Se resalta la actitud de cambio, colaboración y participación por parte de los internos ya que es notable el impacto causado en la población beneficiada en la ejecución de la pasantía social.

Por otra parte, la institución ofrece al practicante una demanda alta de personas que requieren del servicio de psicología y proporciona las herramientas necesarias e indispensables para que el trabajo se realice de manera óptima, resaltando la labor interdisciplinaria con los profesionales y demás trabajadores de la misma.

Se sugiere para futuras ejecuciones de proyectos en pasantía social, continuar apoyando el grupo de consumidores de sustancias psicoactivas igualmente para aquellos grupos que se llegasen a formar dentro de la institución y así prestar un servicio psicológico oportuno y adecuado.

Finalmente, es importante que el convenio establecido entre la Universidad Autónoma de Bucaramanga UNAB extensión UNISANGIL y el Establecimiento Penitenciario continúe en vigencia para permitir a los psicólogos en práctica profesional contrastar los conocimientos teóricos aprendidos en las aulas de clases frente a situaciones encontradas en la realidad adquiriendo así la pericia necesaria para su posterior cumplimiento como profesional y de igual manera, adoptar una posición ética y fortalecer el ser, hacer y saber del psicólogo.

AGRADECIMIENTOS

Agradecimiento muy especial a la Docente y Psicóloga Marcela Ordoñez Rodríguez quien fue asesora y supervisora de pasantía social ya que sin su apoyo incondicional, colaboración y experiencia el presente proyecto no se hubiese llevado a feliz término.

Al Director del Establecimiento Penitenciario de San Gil Doctor Jesuliver Rojas Rincón, a la Subdirectora Doctora Elsa Torres, al Psicólogo Edward Ricardo Catnargo ya que su generoso apoyo fue de vital importancia en la ejecución de la pasantía para culminar satisfactoriamente ésta etapa de la formación profesional para un psicólogo y del mismo modo extiendo mis agradecimientos a todos y cada uno de los funcionarios de la institución, ya que sin ellos no se hubiese podido finalizar adecuadamente este proceso.

A la Universidad Autónoma de Bucaramanga UNAB extensión UNISANGIL, en cabeza de la directora del programa, Psicóloga Alejandrina Martínez de Solano muchas gracias por la oportunidad brindada al asignar una responsabilidad tan grande en manos de la psicóloga pasante.

REFERENCIAS

Villareal N. y colaboradores (2006). *Módulo sobre prevención y atención del consumo de sustancias psicoactivas.*

Alvaro J.L (1998). *Psicología Social Aplicada:* ed. Ms. Graw Hill.

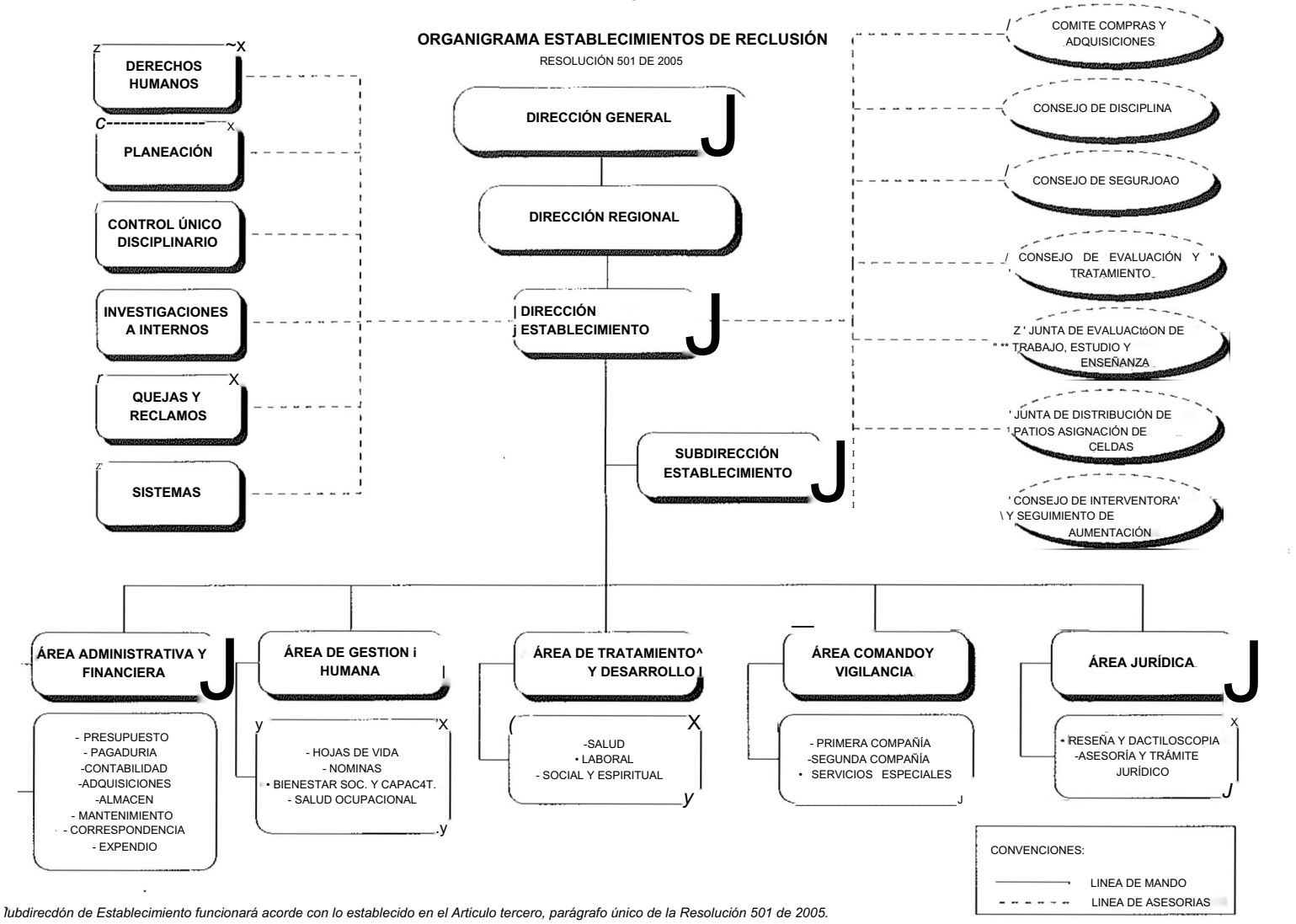
Coleman, D. (1995). *Los secretos de la psicología.* Barcelona: Editorial Salvat.

Gold. M.S (1991). *Marihuana:* ed. neurociencias.

Delay, J. y Pichot, P. *(\91 ^.Manual de psicología.* Barcelona: Ediciones Toray-Masson, 4ª ed., Manual de referencia con una presentación esencial de los aspectos más significativos de la psicología.

APÉNDICE A

INSTITUTO NACIONAL PENITENCIARIO Y CARCELARIO - INPEC ■



lubdirecdón de Establecimiento funcionará acorde con lo establecido en el Articulo tercero, parágrafo único de la Resolución 501 de 2005.
órganos de participación de internos, contemplados en el Artículo 83 del Acuerdo 0011 de 1.095, funcionarán estrictamente :ada uno de los Establecimientos de Reclusión.

Ora EiVbtecteJerito» di R°dì>Ho Rtt W1OAH.0'

APÉNDICE B

Cronograma de actividades ejecutadas durante el periodo I.

PERÍODO I	Camino al conocimiento de estrategias de afrontamiento
TIEMPO	Mes de Marzo
ACTIVIDADES A REALIZAR	Entendiendo la experiencia de consumo. Objetivo especifico: Proporcionar un espacio de confianza y encuadre en donde los internos puedan describir su situación ante el consumo de sustancias psicoactivas.
POBLACIÓN	60 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA
INDICADOR DE LOGRO	Dicha actividad permite en los internos del establecimiento penitenciario la oportunidad de exteriorizar la experiencia de consumo y reconocer el estilo de afrontamiento que utilizan.
EVALUACIÓN	Tipo Cualitativo
OBSERVACIONES	Se contempla el sentido de colaboración y pertenencia de los internos ante el desarrollo de la actividad a largo plazo.

PERÍODO I	Camino al conocimiento de estrategias de afrontamiento
TIEMPO	Mes de Marzo
ACTIVIDADES A REALIZAR	Aplicación del inventario de drogas Objetivo especifico: Realizar la respectiva aplicación del inventario de drogas para ser analizadas en su contexto natural.
POBLACIÓN	60 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA
INDICADOR DE LOGRO	Dicha actividad permite reconocer en los internos del establecimiento penitenciario las sustancias que mas consumen entre otros.
EVALUACIÓN	Tipo Cuantitativo
OBSERVACIONES	Se contempla el sentido de colaboración y pertenencia de los internos ante el desarrollo de la actividad a largo plazo.

PERÍODO I	Camino al conocimiento de estrategias de afrontamiento
TIEMPO	Mes de Abril
ACTIVIDADES A REALIZAR	Interpretación de resultados. Objetivo específico: realizar la debida interpretación de los resultados obtenidos en las escalas de afrontamiento.
POBLACIÓN	60 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA
INDICADOR DE LOGRO	Mediante la interpretación de los resultados se pudo encontrar cuales sustancias consumen más, sus creencias, esquemas y sus representaciones sociales ante el consumo de SPA.
EVALUACIÓN	Tipo Cuantitativo
OBSERVACIONES	Se contempla el sentido de colaboración y pertenencia de los internos ante el desarrollo de la actividad a largo plazo.

Cronograma de actividades ejecutadas durante el periodo II.

PERÍODO II	Sensibilizar a los internos acerca del consumo de sustancias psicoactivas
TIEMPO	Mes de Mayo a Julio
ACTIVIDADES A REALIZAR	Comprendiendo el concepto de sustancias psicoactivas. Objetivo especifico: proporcionar a los internos la información necesaria acerca del significado, consecuencias y afecciones en el ser humano desde las diferentes esferas (social, psicológica, física y comportamental).
POBLACIÓN	60 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA
INDICADOR DE LOGRO	Dicha actividad da paso para que los internos conozcan lo que diferentes autores han trabajado en el tema de sustancias psicoactivas, sus consecuencias y finalmente adoptar nuevos pensamientos y actitudes acerca de las mismos.
EVALUACIÓN	Tipo Cualitativo
OBSERVACIONES	Se contempla el sentido de colaboración y pertenencia de los internos ante el desarrollo de la actividad a largo plazo.

Cronograma de actividades ejecutadas durante el periodo III.

PERÍODO III	Fortalecer los aspectos personales positivos y la actitud de cambio frente al consumo de sustancias psicoactivas
TIEMPO	Mes de Agosto a Noviembre
ACTIVIDADES A REALIZAR	Consolidando mis estilos de afrontamiento. Obj etivo específico: Determinar estilos de afrontamiento adaptativos para ser aplicados en el ambiente penitenciario.
POBLACIÓN	60 internos del establecimiento penitenciario que consuman SPA
INDICADOR DE LOGRO	Dicha actividad da paso para que los internos identifiquen y adopten nuevos estilos de afrontamiento ante el consumo de sustancias psicoactivas para que sean puestos en escena mediante actitudes de cambio que permitan asumir nuevas conductas aplicadas socialmente.
EVALUACIÓN	Tipo Cualitativo
OBSERVACIONES	Se contempla el sentido de colaboración y pertenencia de los internos ante el desarrollo de la actividad a largo plazo.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Apéndice C

INVENTARIO DE DROGAS

Lea atentamente y sin apresurarse las preguntas de este cuestionario. Cuando tenga alguna duda acérqúese al encargado de aplicar la encuesta para aclararla. Recuerde que ésta encuesta es confidencial por lo que puede responder con toda tranquilidad, ya que sólo interesan los datos para fines académicos

1. ¿Cuál es su nombre?
2. ¿Qué edad tiene usted?años

ENCIERRE LA ALTERNATIVA QUE CORRESPONDE

3. ¿Cuánto tiene que ver el fenómeno de las drogas con usted o su entorno penitenciario?

- Mucho	1
- En alguna medida	2
- Poco	3
- Nada	4

3. El fenómeno de las drogas es algo que atañe y afecta:

- Al consumidor	1
- A su familia	2
- A los dueños de la empresa	3
- A los compañeros de trabajo	4
- A ninguno	5

5. Ud. diría que los efectos del consumo drogas:	Sí	No
- Ayudan a vivir mejor.....	1	2
- Afectan la persona.....	1	2
- Empeoran la convivencia.....	1	2

6. Según su opinión, usted considera que son Verdaderas o Falsas las siguientes afirmaciones:	V	F
a.- El alcohol es una droga	1	2
b.- Las sensaciones provocadas por el alcohol siempre son placenteras	1	2
c.- Las carnes rojas se comen bebiendo vino tinto, si no, te hacen mal	1	2
d.- El uso regular de la marihuana produce dependencia	1	2
e.- La marihuana genera algún tipo de enfermedad	1	2
f,- Uno de los efectos de consumir marihuana es la alteración de la percepción	1	2
g.- Sin marihuana no hay carrete	1	2
h.- La cocaína puede ser consumida sin problemas con el alcohol	1	2
i.- La cocaína es un estimulante	1	2
j.- La cocaína en forma esporádica no presenta riesgo para la salud	1	2
k.- La cocaína produce algún tipo de enfermedad	1	2
1.- El cigarrillo afecta sólo al que lo fuma, no a los que están cerca	1	2
11.- Los tranquilizantes y las pastillas para dormir provocan acostumbramiento	1	2
n,- Los estimulantes no son drogas	1	2

7. ¿Por qué razón cree que se consume alcohol y/o drogas en este establecimiento? Marque la alternativa que usted considere más pertinente:

- Es una forma de compartir con los compañeros....	1
- Por curiosidad.....	2
- Es una forma de evadir los problemas.....	3

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

- Por el mal clima o ambiente carcelario..... 4
- Por la inestabilidad laboral..... 5
- Por la presión social..... 6

8. ¿Qué características podrían favorecer el consumo de drogas dentro del establecimiento penitenciario?	SI	NO
Exceso de tiempo libre	I	2
Ausencia de la familia	1	2
Falta de seguridad	1	2
Naturaleza de la condena	1	2
Malas relaciones entre compañeros	1	2
Escasas actividades productivas	1	2
Ambientes de convivencia poco saludables	1	2
Rotación de estadía en establecimientos penitenciarios	1	2
Ambiente estresante	1	2
El tipo de relaciones entre internos y guardias	1	2
Ausencia de planes de mejoramiento de la calidad del interno	1	2

9. ¿Cree usted que en este establecimiento penitenciario, existen problemas respecto del consumo de alcohol y otras drogas? (marque una sola)

si..... 1	Puede ser.....	3	
NO..... 2	No conozco el tema.....	4	

10. En caso de conocer situaciones de consumo de drogas y alcohol dentro del establecimiento penitenciario, usted diría que éste es (marque una sola~):

Muy frecuente..... 1	Escaso.....	3	
Frecuente.....	2 No existe consumo.....	4	

11. La información recibida acerca de la prevención del consumo de drogas en este establecimiento penitenciario es:

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Es suficiente..... 1

Es insuficiente..... 2

Es nula..... 3

12. ¿Cuál diría usted que la droga más consumida por las personas de este establecimiento penitenciario?; Marque únicamente la que Ud. considere de mayor consumo:

- Alcohol..... 1
- Cigarrillo..... 2
- Tranquilizantes..... 3
- Marihuana..... 4
- Cocaína..... 5
- Estimulantes,anfetaminas..... 6
- Pasta base..... 7
- Otras..... 8

13. El consumo de drogas entre los internos es un tema que:

- Se conversa bastante..... 1
- Se conversa poco..... 2
- Se evita conversar..... 3
- No se conversa..... 4

14. ¿Cuál de las siguientes afirmaciones se acerca más a lo que usted piensa? *(Marque una sola)*

- No probaría drogas por ningún motivo..... 1
- Si me ofrecieran drogas, no aceptaría..... 2
- Creo que me atrevería a probar, pero con temor..... 3
- Probaría drogas para saber qué se siente..... 4
- Consumir drogas de vez en cuando no es tan peligroso..... 5
- Consumir drogas es una forma más de pasarlo bien..... 6

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

15. ¿Usted consume cigarrillos?

Sí	**1**
No	2

16. En caso que su respuesta anterior sea sí, ¿Ud. consume? (marque una sola):

- Antes de llegar a la cárcel.....	1
- Durante la estadía en la cárcel.....	2
- Cuando me siento solo.....	3
Todas las anteriores.....	4

17. ¿Ha probado alcohol durante los últimos 12 meses?

Sí	1
No	2

18. ¿Ha probado alcohol en los últimos 30 días?

Sí	1
No	2

19. EN CASO QUE HAYA PROBADO ALCOHOL EN LOS ÚLTIMOS 30 DÍAS CONTESTE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS

PIENSE EN LOS ÚLTIMOS 30 DÍAS	SÍ	NO
¿Ha tenido algún problema serio en el establecimiento penitenciario a causa del alcohol?	1	2
¿Le ha sucedido que a causa del alcohol se haya expuesto a algún peligro contra su integridad física?	1	2
¿Ha hecho algo bajo los efectos del alcohol que pudiera causarle problemas dentro del establecimiento penitenciario?	1	2
¿Ha tenido algún problema con la familia o los amigos a causa del alcohol?	1	2
¿Se ha visto envuelto en alguna pelea a golpes o ha agredido a alguien bajo los efectos del alcohol?	1	2

CONTESTE LA SIGUIENTE PREGUNTA SÓLO POR LAS DROGAS QUE HA PROBADO ALGUNA VEZ EN SU VIDA

20. ¿Cuándo fue la última vez que probó alguna de estas cosas?

	Durante los últimos 30 días	**Hace más de un mes, pero menos de un año**	**Hace más de un año**
- Tranquilizantes con receta médica como clonazenam. alprazolam, lorazepam, valium	1	2	3
- Tranquilizantes sin receta médica como clonazenam. alprazolam, lorazepam, valium	1	2	3
- Marihuana	1	2	3
- Pasta base	1	2	3
- Alucinógenos como LSD u otros ácidos, polvo de ángel, mescalina o peyote	1	2	3
- Inhalantes como neoprén, tolueno, éter, acetona, poppers o pinturas	1	2	3
- Analgésicos sin receta médica como morfina, codeína, petidina, metadona, tylenol con codeína o codeína	1	2	3
- Anfetaminas sin receta médica	1	2	3
- Éxtasis	1	2	3
- Otras estimulantes sin receta médica como ritalin, cidrín. metanfetaminas, o escancil	1	2	3

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

21. ¿Está usted preocupado por la inclinación de personas de su familia ai alcohol u otras drogas?

	Sí	No
Esposo/a o pareja	1	2
Hijos/as	1	2
Padres	1	2
Hermanos/as	1	2
Otros	1	2
No está preocupado	1	2

22. ¿Cuán difícil le sería a Ud. conseguir alguna de estas drogas?:

	Fácil	Difícil	No podría conseguir	No sabe	No contesta
Marihuana	1	2	3	4	5
Pasta Base	1	2	3	4	5
Cocaína	1	2	3	4	5
Tranquilizantes sin receta médica o sedativos	1	2	3	4	5

23. ¿Le agradaría que su familia participase con usted en actividades recreativas, de orientación o prevención del consumo de drogas organizadas por el establecimiento penitenciario?

Sí	1
No	2

24. ¿Dónde buscaría información o ayuda para usted o para un compañero del establecimiento penitenciario que tenga problemas con el alcohol o las drogas? (marque la más representativa)

Departamento de personal	1
Jefe o superior	2
Servicio de Psicología	3
Servicio de jurídica	4
Enfermería	5
Consulta a profesionales en forma particular	6

25. Si se descubre un interno está consumiendo drogas habría que (marque la alternativa más correcta para usted):

- No determinarlo..... 1
- Mantenerlo alejado..... 2
- Hablar con él..... 3
- Orientarlo a un tratamiento psicológico..... 4
- Dejarlo solo y que él decida..... 5
- Hablar con su familia..... 6

26. En general, ¿cuán satisfecho se siente usted con su actual ambiente penitenciario?

- Muy satisfecho..... 1
- Bastante..... 2
- Algo..... 3
- Poco..... 4
- Nada satisfecho..... 5

27. ¿Cuál es su estado civil?

- Soltero.....1
- Casado o convive.....2
- Separado de hecho o anulado..... 3
- Viudo.....4

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Apéndice D.

Dilema moral

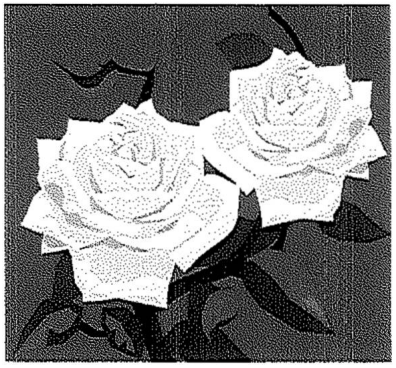
REFUGIO SUBTERRÁNEO

Imaginen que nuestra ciudad está bajo amenaza de un bombardeo. Se aproxima un hombre y les solicita una decisión inmediata. Existe un refugio subterráneo que solamente puede albergar a seis personas. Hay doce que pretenden entrar. Abajo hay una lista de las doce personas interesadas en entrar en el refugio. Haga su selección, destacando tan sólo seis.

- Un violinista, de 40 años, drogadicto.
- Un abogado, de 25 años.
- La mujer del abogado, de 24 años, que acaba de salir del manicomio. Ambos prefieren quedarse juntos en el refugio, o fuera de él.
- Un sacerdote, de 75 años.
- Una prostituta de 34 años.
- Un ateo, de 20 años, autor de varios asesinatos.
- Una universitaria que hizo voto de castidad.
- Un físico, de 28 años, que solamente aceptaría entrar en el refugio si puede llevar consigo su arma.
- Un predicador fanático, de 21 años.
- Una niña, de 12 años y bajo coeficiente intelectual.
- Un homosexual, de 47 años.
- Una débil mental, de 32 años, que sufre ataques de epilepsia.

Apéndice E. Folleto de drogas

HABLEMOS CLARO ACERCA DE LAS DROGAS



ELABORADO POR: JOHANNA MAYORGA

UNIVERSIDAD AUTONÓMA DE BUCARAMANGA EXTENSIÓN UNISANGIL

¿QUÉ SIGNIFICA EL TÉRMINO DROGADICCIÓN?

El consumo de drogas es un factor que varía de un individuo a otro, de una situación a otra en una misma persona y también diversa de las culturas y las generaciones que existen; no todas las personas consumen la misma droga, ni la misma cantidad ni por las mismas circunstancias, pero lo que si es claro es que el contexto social y cultural influye de manera directa en el consumo de los mismos. Las drogas son sustancias que se pueden fumar, ingerir y hasta inyectar, de tal modo que alteran el normal funcionamiento del sistema nervioso central de quienes las consumen modificando su forma de ser, sentir y actuar, perturbando los procesos de pensamiento, las emociones y la conducta además relaja, distorsionan la percepción, mejoran la concentración, estimulan y favorecen la comunicación. A estas drogas también se les denomina técnicamente como sustancias psicoactivas debido a la capacidad que tiene para activar o modificar la mente, alterando bajo sus efectos, la percepción del mundo y el comportamiento de las personas o situaciones que le rodean.

CLASES DE DROGAS

Opiáceos: son narcóticos, substancias derivadas del opio (adormidera). El consumo frecuente de opiáceos puede conducir a adicción y tolerancia. La muerte se produce como consecuencia principal de paro respiratorio y edema pulmonar.

Cocaína. Es una de las drogas de adicción más popular. La forma más común de administración es “esnifada” o por vía intranasal; sin embargo se puede fumar o inyectar.

Anfetaminas. Son drogas sintéticas simpaticomiméticos que estimulan el SNC, produciendo una sensación de energía superior. Se emplean para suprimir el apetito, elevar el estado de ánimo y mantenerse despierto. Las más comunes comprenden: la cafeína, ia metanfetamina cristalina, la dextro anfetamina y el metilfenidato.

Inhalantes. La inhalación de vapores procedentes de sustancias volátiles, como disolventes e hidrocarburos, es una práctica común en especial entre adolescentes. Son baratos porque son fáciles de obtener y no están controlados. Los productos que contienen tolueno son los utilizados con frecuencia, y comprenden las pinturas metálicas en aerosol, los pegamentos y los aerosoles de lata.

Ahora bien, existen efectos del uso de estas drogas en la conducta del ser humano, en sus capacidades motoras y en su funcionamiento cognitivo como se muestra a continuación:

- Alteración de la conciencia
- Somnolencia
- Alucinaciones visuales
- Actividad compulsiva
- Disociación de ideas
- Distorsión en tiempo y espacio
- Disminución de la atención y memoria
- Deterioro de la coordinación, vigilancia y la percepción.

Dentro de la categoría de las drogas también entran el cigarrillo y el alcohol. Aunque estos dos no destruyen la personalidad, es cierto que se han vuelto la adicción mas peligrosa en el mundo desarrollado. El número total de víctimas producido por el tabaquismo es mayor que la suma de muertes por SIDA, suicidios, homicidios, incendios y el consumo de sustancias ilegales. Es la principal causa del 87% de las muertes por cáncer de pulmón, del 30 % de todas las muertes por cáncer, del 82% de las muertes por enfermedad pulmonar y del 21 %de muertes debidas a cardiopatías.

Por lo tanto señores es mejor prevenir que curar y por eso es que ustedes están hoy leyendo este folleto que les permite abrir nuevos conocimientos de las sustancias psicoactivas.

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Apéndice F.

Formato de evaluación 1.

Semana del 04 al 08 de mayo de 2009

Nombre:TD:

Defina con sus palabras el término drogas:

Qué tipo de drogas existen actualmente, nómbrelas:

Qué características positivas tiene el hecho de consumir drogas a nivel:

Social:
Personal:
Famil iar:

Qué características negativas tiene el hecho de consumir drogas a nivel:

S ocial:
Personal:
Familiar:

Mencione al menos 3 consecuencias negativas que trae consigo el consumo de drogas en el cuerpo del ser humano:

Represente por medio de un dibujo lo que sería para usted la vida sin el consumo de drogas:

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Apéndice G.

Formato de evaluación 2.
Semana del 11 al 15 de mayo de 2009

CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS, FÍSICAS Y CONDUCTUALES DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

NOMBRES: TD:

Mencione al menos 3 consecuencias PSICOLÓGICAS del consumo de sustancias

Mencione al menos 3 consecuencias FÍSICAS del consumo de sustancias psicoactivas

Mencione al menos 3 consecuencias CONDUCTUALES del consumo de sustancias

¿Cuáles considera usted que son las causas por las que consume una persona actualmente?

Por medio del siguiente caso ilustrativo, proponga una solución viable y concreta ante dicha situación:

"Juan es un joven de 16 años de edad que estudia décimo grado en el colegio de Villeta; actualmente Juan tiene una novia de 15 años de edad con la que lleva 2 años de relación sentimental pero ella tiene 2 meses de embarazo y nadie lo sabe ni en sus casas ni en el colegio.

La madre de Juan es una señora de 50 años que trabaja como prostituta en un bar del pueblo con la que no llevan buena relación familiar y su padre sufre de ataques de epilepsia desde que era niño aunque su relación familiar es buena. Estas situaciones han hecho sentir a Juan ansiedad y desasosiego por lo que empezó a consumir marihuana en

grandes cantidades. ¿Qué puede hacer Juan en este caso sabiendo la situación de sus padres y la nueva noticia de ser padre a tan temprana edad?

Apéndice H,

Sopa de letras

	A	M	I	G	**0**	s		
F				H	I	J	0	S
A								
M	C	U	I	D	A	D	0	
I								
L			D	R	0	G	A	s
I								
A								
			V	I	D	A		
A	N	A	U	H	I	R	A	M
C	A	R	I	Ñ	0			
	R	E	A	L	I	D	A	D
	D	A	D	E	I	C	0	S

Encuentra en la siguiente sopa de letras las palabras que aparecen a continuación:

SOCIEDAD

FAMILIA

DROGAS

HIJOS

CUIDADO

MARIHUANA

VIDA

CARIÑO

REALIDAD

AMIGOS

UNAB BIBLIOTECA MEDICA

Apéndice 1.

Formato de evaluación 3.

Semana del 18 al 22 de mayo de 2009

CONSECUENCIAS PSICOLÓGICAS, FÍSICAS Y CONDUCTUALES DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

NOMBRES: TD:

Mencione al menos 3 consecuencias PSICOLÓGICAS del consumo de tabaco y alcohol

Mencione al menos 3 consecuencias FÍSICAS del consumo de tabaco y alcohol

Mencione al menos 3 consecuencias CONDUCTUALES del consumo de alcohol y tabaco

¿Cuáles considera usted que son las causas por las que una persona consume alcohol?

¿Cuáles considera usted que son las causas por las que una persona consume Tabaco?

Realice una copla alusiva al consumo de alcohol y de tabaco

Apéndice J.

Formato de evaluación 4.

Semana del 08 al 12 de junio 2009

A continuación se muestran las preguntas asignadas a los participantes:

- ¿Si usted pudiera cambiar una parte de la película cuál sería?
- ¿Diseñe un final diferente para la película Quien Quiere Ser Millonario?
- ¿Qué parte de la película le llamó más la atención y por qué?
- ¿Qué parte de la película no le gustó y por qué?
- ¿Qué parte de la película le parece a usted que fue la más impactante?
- ¿Si usted fuera el protagonista, haría todo por amor?
- ¿Le hubiera gustado ser millonario como sucedió en la película, si o no y por qué?
- ¿Si usted ganara ese dinero en qué lo invertiría? Justifique sus respuestas.
- ¿De qué forma actuaría usted si fuera el protagonista de la película?
- ¿Qué parte de la película hubiera deseado que no sucediera?
- ¿Si usted hubiera sido golpeado por los policías qué haría?
- ¿Cuánto dinero cree usted que necesita la gente para ser feliz?
- ¿Qué parte de la película te parece injusta?, justifique su respuesta.

Apéndice K.

Formato de evaluación 5.

Semana del 06 al 10 de julio 2009

- Alrededor de las circunstancias de su nacimiento; de lo que usted se haya enterado: que es lo que más grato recuerdan y lo que no les haya gustado.
- A la mitad del número de años que hayan vivido ¿Cuál fue una experiencia profundamente agradable? y ¿cuál fue una profundamente desagradable?
- En la actualidad ¿Qué es lo que más le gusta de la vida? ¿Qué es lo que no le gusta?
- Pensando en un número de años límite de vida y la que posiblemente vivan ¿Qué les gustaría lograr? ¿Qué no les gustaría que ocurriese en su vida?
- En el momento de morir ¿Cómo les gustaría morir? ¿Cómo no les gustaría morir?

Apéndice L.

Acróstico día de independencia

Semana del 06 al 10 de julio 2009

1. Independencia era lo que el pueblo colombiano pedía para ser libres de la esclavitud.

2. Nobles y blancos, ricos y pobres empezaron a pedir a gritos igualdad de condiciones y respeto.

3. Desatado quedó el enfrentamiento entre criollos y españoles lo que culminó en la independencia de Colombia.

4. Este día no fue un hecho espontáneo de la vida política colonial, sino la consecuencia de varias situaciones que desembocaron en una gran rebelión del pueblo.

5. Personajes como Camilo Torres, Joaquín Camacho y Jorge Tadeo Lozano formaron parte de la junta de notables de aquel tiempo.

6. El grito de la independencia fue declarado el 20 de julio de 1810 por lo que hoy cumplimos 199 años de independencia.

7. Notables y autoridades civiles e intelectuales criollos se reunían en secreto para iniciar la revuelta final.

8. Dichas situaciones hicieron buscar una salida al descontento que existía en Santafé contra la audiencia española.

9. Estaba previsto y a las 12 del medio día don Luis de Rubio pidió prestado el florero en el almacén de Llórente para adornar la mesa.

10. Negó entonces Llórente el préstamo del florero lo que sin duda generó la revuelta.

11. Comenzaron a gritar: ¡están insultando a los americanos, queremos junta, viva el cabildo, abajo el mal gobierno!

12. Impresionados estaban el virrey y las autoridades militares por el violento despertar del pueblo al cual habían menospreciado.

13. Ahora gozamos de una patria libre y sin ataduras donde todas las personas participan sin discriminación alguna.

Apéndice M.

Formato la esquela.

Semana del 27 al 31 de julio 2009

Esta dinámica causa en afganas personas angustia, por Co que es importante que se tranquilice.

murió ayer a Ca edad deaños

Era miembro de

Efe su/amida quedan vivos

En Ca éyoca de su muerte se dedicaba a.

EC siempre anbeCó CCegar a ser

Será recordado por

Porque

Será (Coradopor

Porque

EC mundo perderá su vadosa contribución en Cas áreas de

Aunque siempre Co deseó, no aCcanzó

EC cuerpo será veCado en

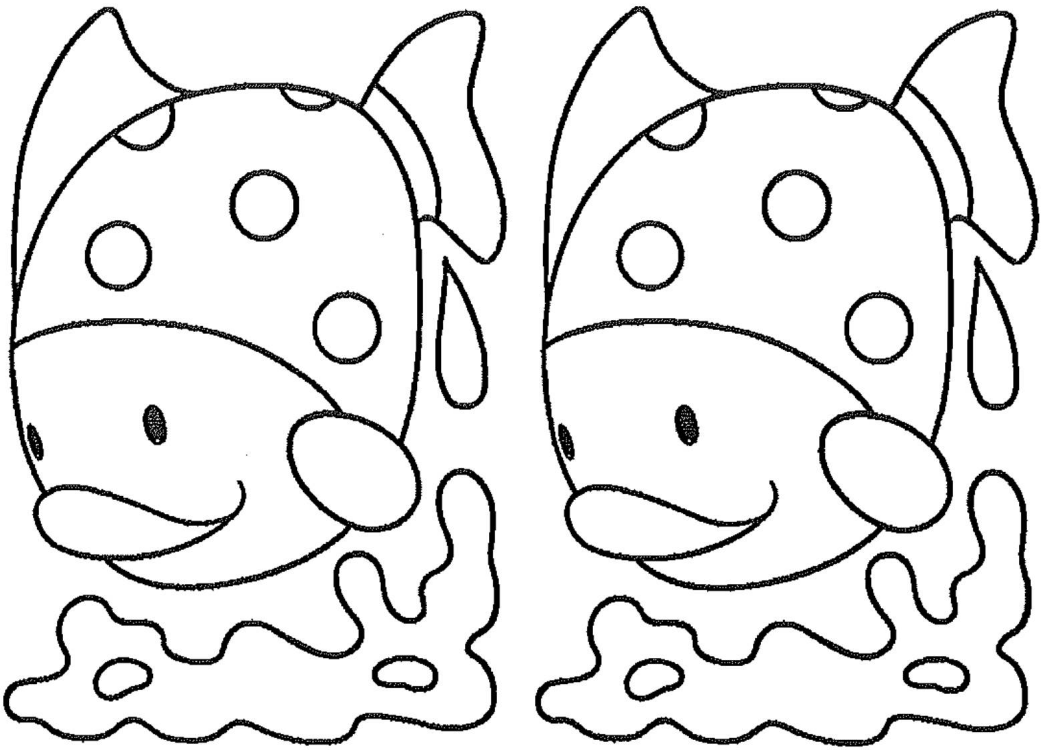
Se pueden enviar/Cores a

En lugar de/Cores se puede enviar

Al terminar se pedirá a los participantes que redacten otra esquela que les gustaría que apareciera si murieran dentro de 5 años. Comentarios en grupo.

Apéndice N.

Pescando valores



UNAS BIBLIOTECA MEDICA

Apéndice O.

Instrucciones: por favor marque (V) frente de los valores que corresponden a los suyos y marque con una (X) los que su personalidad rechaza, Luego ordene los tres valores que usted defienda fuertemente, numerándolos con 1 al que considere más importante, con el 2 el que sigue y así sucesivamente. De la misma manera numere los valores que rechaza.

Ser honesto	
Ayudar a los demás	
Ir adelante	
Ser tolerante	
Participar en el gobierno	
Explotar	
Trabajar duro	
Ganar	
Ser limpio	
Ver por uno mismo	
Honrar a los padres	
Obedecer la ley	
Ser leal al país	
Ser libre	
Tener felicidad	
Conocer la herencia cultural de mi país	
Acumular bienes	
Tener educación	
Ahorrar	
Ajustarse a las normas sociales	

Apéndice P.

Hoja de trabajo
Ruleta de valores

1. ¿Hay algo de lo que esté orgulloso?
2. ¿En qué o en quién cree firmemente?
3. ¿Qué es lo que quisiera cambiar en su mundo?, ¿en su familia?, ¿en su trabajo?, ¿en su persona?
4. ¿Respecto a quién o a qué ha cambiado en forma reciente su modo de pensar?
5. ¿Qué diría personalmente al candidato presidencial de su elección?
6. ¿Quién es la persona más buena que conoce y cuál es su secreto para ser así?
7. ¿Cómo ha manejado un disgusto reciente?
8. En su opinión, ¿qué debería hacer tanto la gente de raza blanca como la de color para integrarse?
9. ¿Dónde le gustaría estar en 20 años?
10. ¿Qué cosa desea aprender antes de morir?
11. ¿Cuáles son los tres lugares que quisiera visitaren la vida?
12. ¿De qué está orgulloso en relación con su familia?
13. ¿Qué regalo ha dado que le hace sentir orgulloso?
14. Cuando observa el mundo que le rodea, ¿qué es lo que a veces quisiera encontrar?
15. ¿Qué hizo anoche?
16. ¿Se ha formado ya una idea de lo que va a hacer cuando recobre su libertad?
17. ¿Qué libros ha leído que le hayan gustado?
18. ¿Tiene alguna diversión o pasatiempo en el que ocupa gran parte de su parte de su tiempo?
19. ¿Hay algo que desee vivamente pero que no puede realizar ahora?, ¿qué es?
20. ¿Quién de todas las personas que ha conocido y le han ayudado, lo ha hecho más ampliamente?, ¿en qué ha consistido la ayuda?
21. ¿Puede mencionar algunas cosas en las que en realidad cree?
22. ¿Qué cambiaría de sí mismo si pudiera?

23, ¿Está satisfecho de sus hábitos durante la estadía en este establecimiento penitenciario?

24. ¿Cuál es la cosa más alegre que recuerda?, ¿y la más triste?

Apéndice Q.

Proyecto de vida

"pensando en mi futuro"

1. MI PUNTO DE PARTIDA: antes de iniciar con mi proyecto de vida, haré mi diagnóstico personal, utilizaré una técnica muy conocida y sencilla, se llama DOFA, recordaré quién soy, cómo soy, dónde y con quién viviré. Llenaré los espacios que hay debajo de cada palabra.

FORTALEZAS: son las características positivas que tengo y que sirven para facilitar o impulsar cualquier meta que quiero lograr.

OPORTUNIDADES: es todo el apoyo externo que recibo y que me sirve para facilitar o impulsar cualquier meta que quiero lograr.

DEBILIDADES: son las características personales, que impiden, obstaculizan o bloquean cualquier meta que quiera lograr.

AMENAZAS: son las condiciones externas, que impiden, obstaculizan, o bloquean la meta que quiero lograr.

FORTALEZAS	OPORTUNIDADES
DEBILIDADES	AMENAZAS

2. MI VISÓN PERSONAL: llegó el momento de soñar, pensar cómo me gustaría ser en el futuro, a 5, 10 ó 15 años. Para ayudarme a construir mi visión personal, puedo contestar las siguientes preguntas:

Ocupación:

¿Dónde viviré, cómo viviré?

¿Casado (a), acompañado (a), soltero (a)?

¿Que bienes poseeré?

¿Cuáles serán mis logros?

¿Qué tipo de pareja deseo?

¿Tendré hijos e hijas o no?

¿Cómo me voy a relacionar con mi papá, mi mamá, mis hermanos y hermanas, mis hijos e hijas y otros familiares?

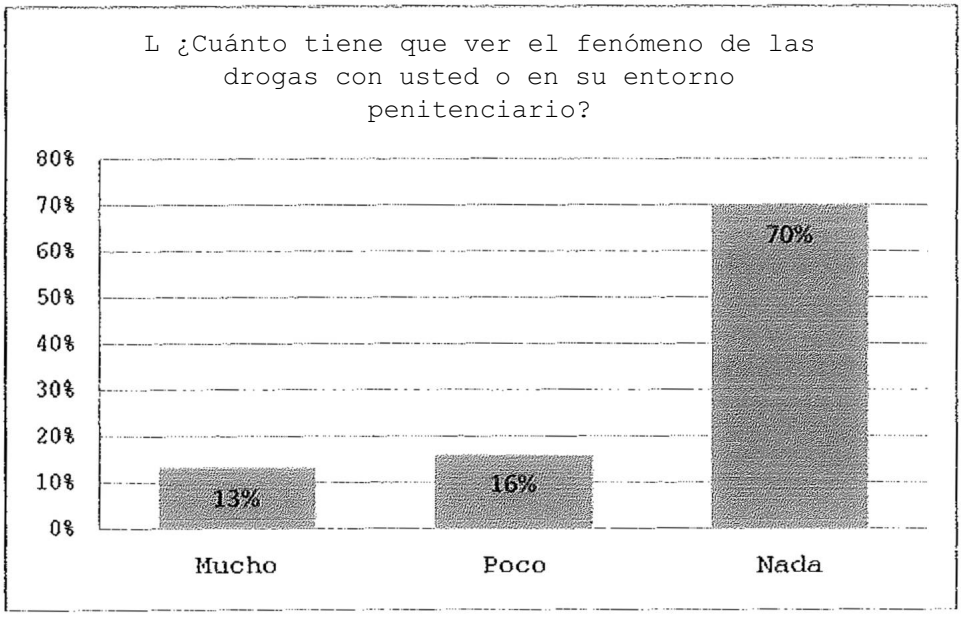
3. MISIÓN PERSONAL: ya tengo una visión personal, pero, una visión sin acción en un sueño y en sueño se queda. No puedo quedarme sólo con una visión, necesito una misión que cumplir, ese es el tercer paso trazarme una misión, me apoyaré en la siguiente guía:
    a. ¿Cómo me prepararé para el futuro?
    b. ¿Tendré una formación profesional u ocupacional?
    c. ¿Cómo tomaré las decisiones de mi vida?
    d. ¿Qué haré para tener una salud integral?
4. METAS ESTRATÉGICAS: tengo una visión de mi futuro y una misión que realizar, para hacer de ese sueño una realidad, es necesario que me proponga algunas metas:

    Para lograr un bienestar intelectual, mi meta será...

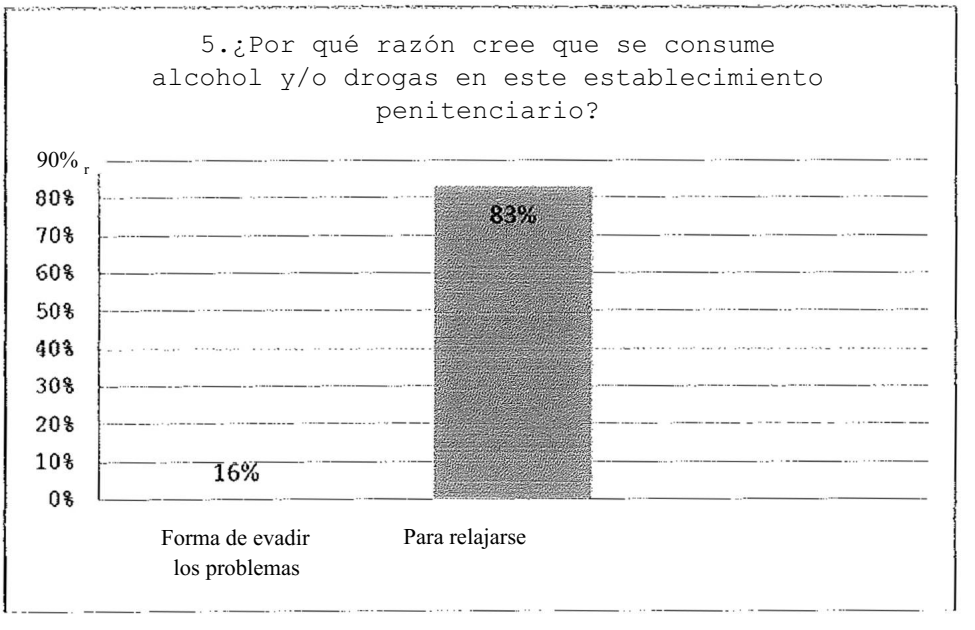
    Para lograr un bienestar social, mi meta será...

    Para lograr un bienestar familiar, mi meta será...

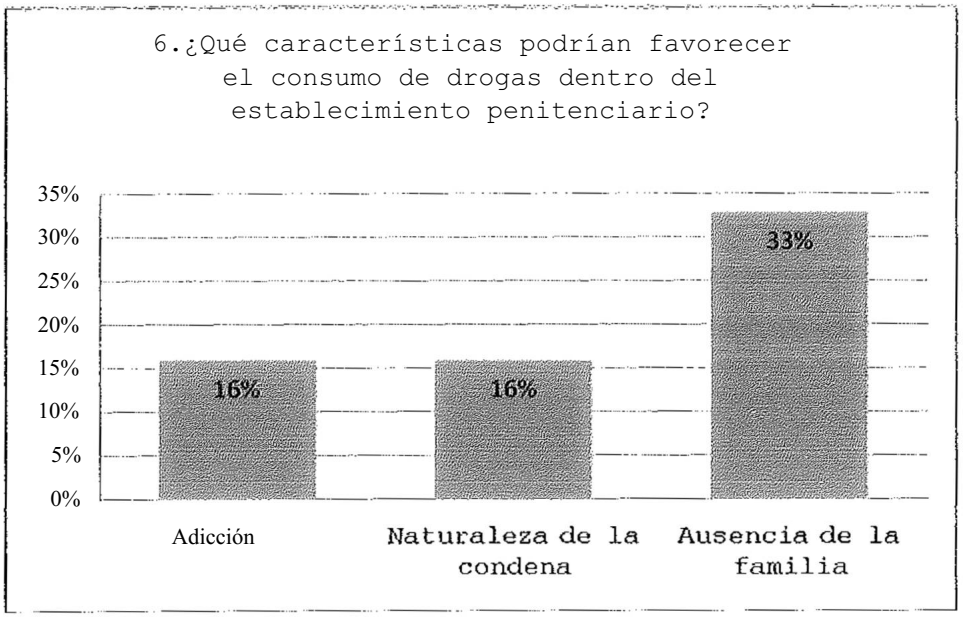
LISTADO DE GRÁFICAS



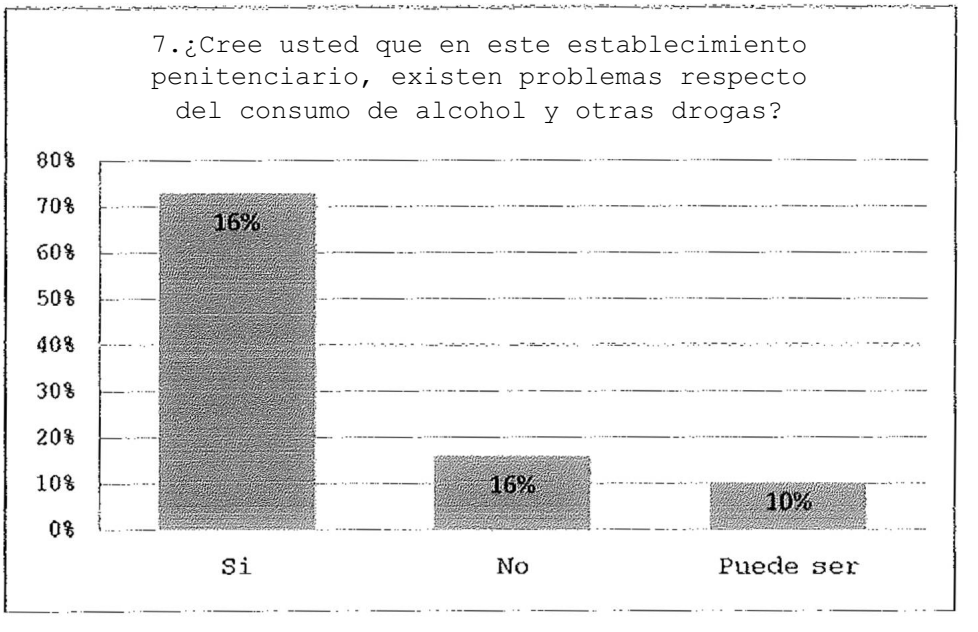
Gráfica N. 1



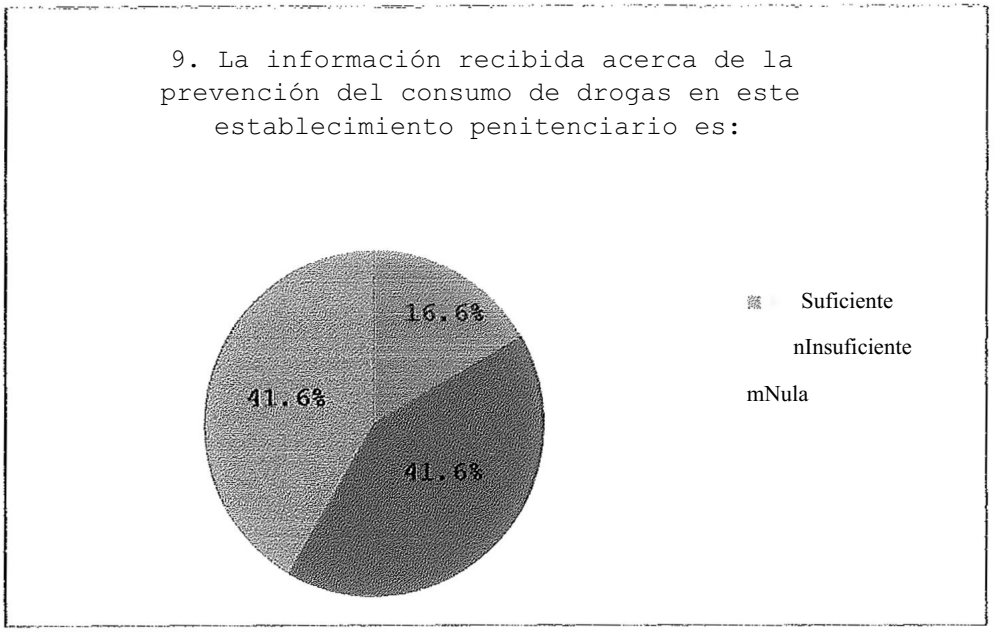
Gráfica N. 2



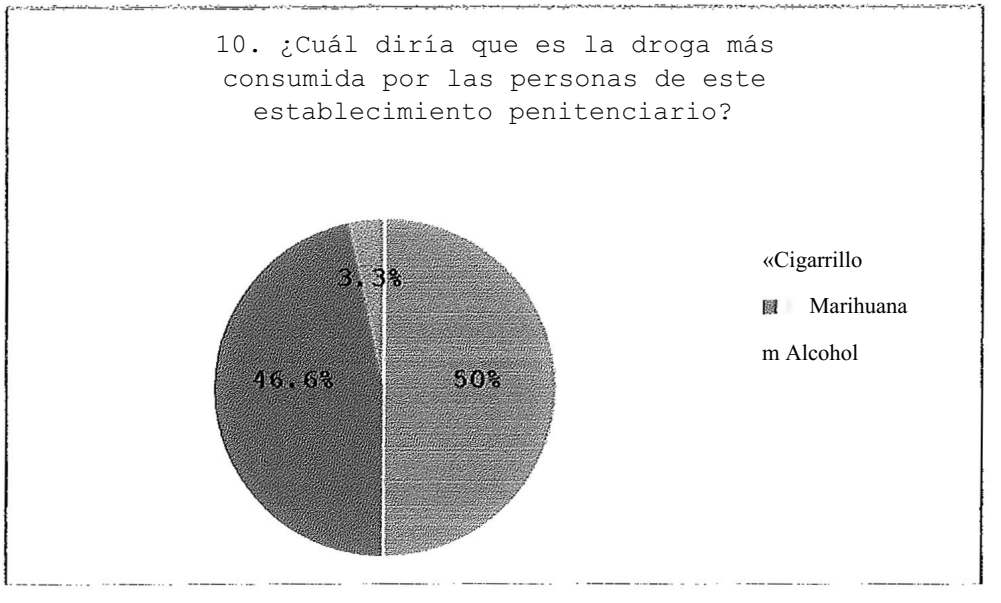
Grá fica N. 3



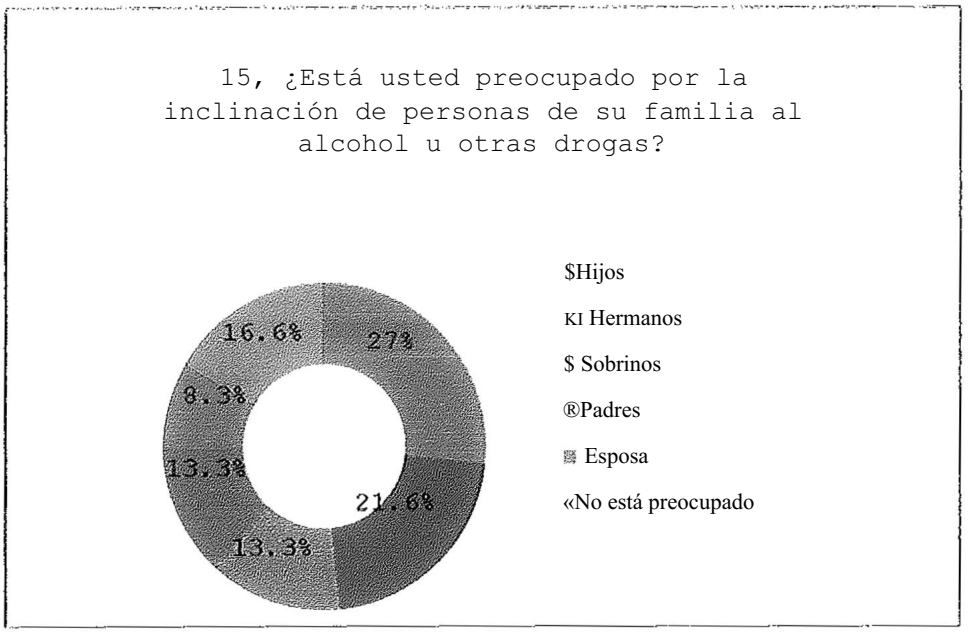
Gráfica N. 4



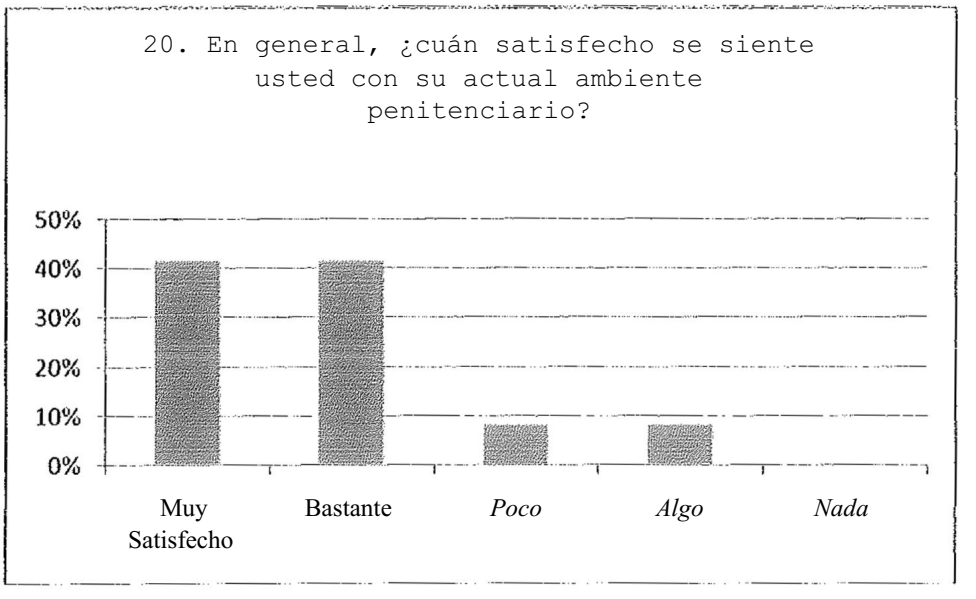
Gráfica N. 5



Gráfica N. 6



Gráfica N. 7



Gráfica N. 8