

¿Quedamos?

Justificación: El alcohol en la población juvenil

El alcohol es la droga de inicio más temprana y la de mayor consumo en la población adolescente. Según la última encuesta ESTUDES (Plan Nacional sobre Drogas, 2023), el 73,6% de la población juvenil entre 14 y 18 años ha consumido alcohol en los últimos 12 meses, y el 56,6% ha bebido en los últimos 30 días. La prevalencia de borracheras y *binge drinking* supera el 20%.

El consumo de alcohol en la población adolescente se encuentra relacionado con determinadas situaciones y comportamientos de riesgo, como por ejemplo (Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones, 2021):

- Mayor frecuencia de salidas nocturnas y horario de regreso a casa tardío.
- Menor rendimiento escolar.
- Peleas, agresiones y/o discusiones familiares.
- Relaciones sexuales sin preservativo y uso de pornografía.
- Uso de vehículos a motor en estado de embriaguez o ser acompañante en un vehículo conducido por una persona ebria.

Teniendo en cuenta la situación actual del consumo de alcohol en la etapa de la adolescencia, y siguiendo la Estrategia Nacional sobre Adicciones 2017-2024 (PNSD, 2017), sigue siendo necesario incidir en actuaciones de prevención universal en la población juvenil. Dichas actuaciones deben de estar encaminadas a reducir la percepción de bajo riesgo del consumo de alcohol, así como a la promoción de habilidades y capacidades personales destinadas a incrementar factores de protección relacionados con las adicciones.

¿Quedamos?

En el año 2020 se creó el grupo *Asturias Salud Local*, compuesto por 5 Planes Municipales sobre Drogas y Promoción de la Salud de distintos Concejos de Asturias. Este grupo de trabajo auto dirigido nació para dar visibilidad a los Planes Locales y fomentar el trabajo en red y comunitario en materia de prevención de adicciones. Sus principales objetivos fueron (1) desarrollar actividades de educación para la salud y prevención universal de adicciones

adaptadas al entorno educativo y (2) responder a la necesidad inmediata de ofrecer actividades en formato digital, ante la imposibilidad de mantener la presencialidad en las aulas durante la pandemia Covid. Entre dichos Planes se encontraba el Plan Municipal sobre Drogas y otras Conductas Adictivas de Oviedo, gestionado por la Fundación CESPA – Proyecto Hombre Asturias desde el año 1999.

¿Quedamos?, una actividad de prevención universal sobre el consumo de alcohol en la adolescencia para su aplicación en el contexto escolar en la etapa de la Educación Secundaria Obligatoria. Durante el diseño de la misma se tuvo en cuenta en todo momento la importancia y la naturaleza de las relaciones sociales en la etapa vital de la adolescencia, así como del papel que desempeña el alcohol en nuestra sociedad como sustancia asociada al ocio y a la socialización. Asimismo, se consideró fundamental no perder de vista el discurso social imperante en la actualidad, que contribuye a la normalización del consumo y alimenta el estereotipo jóvenes-ocio-alcohol.

Fruto de dicha colaboración se diseñó *¿Quedamos?*, una actividad de prevención universal sobre el consumo de alcohol en la adolescencia para su aplicación en el contexto escolar en la etapa de la Educación Secundaria Obligatoria. Durante el diseño de la misma se tuvo en cuenta en todo momento la importancia y la naturaleza de las relaciones sociales en la etapa vital de la adolescencia, así como del papel que desempeña el alcohol en nuestra sociedad como sustancia asociada al ocio y a la socialización. Asimismo, se consideró fundamental no perder de vista el discurso social

imperante en la actualidad, que contribuye a la normalización del consumo y alimenta el estereotipo jóvenes-ocio-alcohol.

Bajo estas premisas, *¿Quedamos?* toma como hilo conductor el ocio para plantear a las y los adolescentes cuestiones clave a trabajar en prevención de adicciones: la influencia social, la toma de decisiones, y determinados problemas que pueden surgir en contextos de ocio y alcohol (seguridad vial, relaciones sexo-afectivas y conductas violentas).

1. Aumentar la percepción de riesgo asociado al consumo de alcohol.
2. Informar sobre las medidas de prevención de la Covid-19 en los espacios de ocio juvenil*.
3. Reflexionar sobre las formas de disfrutar el tiempo de ocio, cuestionando la asociación entre ocio-alcohol y jóvenes-alcohol.
4. Reflexionar sobre la influencia social y la toma de decisiones.
5. Reconocer las conductas de riesgo y sexistas que se producen en ciertos contextos de ocio y la influencia del consumo de alcohol en las mismas.

*Nota: El objetivo 2 responde a la situación social en la que nace *¿Quedamos?*. En la actualidad, los contenidos se encuentran en proceso de revisión para adaptarse a una situación al margen de las restricciones sanitarias.

Cuadro 1. Objetivos de *¿Quedamos?*. Elaboración propia

La innovación frente a la necesidad

¿Quedamos? plantea en total 5 actividades para que desarrolle la figura docente en el aula, entendiendo al profesorado como principal figura de dinamización con el objetivo de potenciar la interacción entre el alumnado lo máximo posible, y adaptándose a sus necesidades concretas (Fernández, Nebot y Jané, 2002).

La guía para el profesorado incluye orientaciones generales para dinamizar al grupo, cuidar el clima y prevenir de acciones contra-preventivas, entendiendo que el colectivo de docentes no tiene por qué estar formado necesariamente en prevención de adicciones. Asimismo, se recogen recomendaciones e ideas sobre cómo desarrollar cada una de las sesiones.

Frente a las actividades de formato tradicional de papel y lápiz o debate libre, *¿Quedamos?* utiliza la gamificación como herramienta a través de la cual se pretende captar la atención del alumnado para generar situaciones de re-

flexión, empatía y debate en torno a posibles escenarios reales en los que se han visto o se verán envueltos en sus momentos de ocio. Además, el uso de las actividades online posibilita el desarrollo en formato grupal y/o individual, ofreciendo así flexibilidad al profesorado en función de su grupo.

1. Exposición: Análisis de posibles situaciones en contextos de ocio.
2. Cortometraje SimpleMENTE: Visionado y análisis sobre una situación de toma de decisiones grupal y asertividad ante presión de grupo.
3. Pasapalabra: Juego interactivo que se basa en acertar palabras sobre ocio, alcohol y relaciones sociales en base a definiciones.
4. Verdadero o falso: Preguntas sobre conocimientos del alumnado acerca de los riesgos del consumo de alcohol.
5. Mitos: Relacionar un mito sobre el consumo de alcohol con su correspondiente información verídica.

Cuadro 2. Actividades de *¿Quedamos?*. Elaboración propia.

Por último, cabe destacar que para el desarrollo del cortometraje SimpleMENTE se contó con la colaboración de Ye too Ponese, una entidad dedicada tanto a la creación de contenidos didácticos como a la promoción de la participación juvenil. Como parte del proceso se llevaron a cabo sesiones formativas dirigidas a los y las jóvenes involucrados en el proyecto audiovisual en las que se abordaron temas como el consumo de alcohol, sus efectos y la efectividad de los mensajes preventivos, asegurando que el resultado final fuera coherente con los objetivos planteados. El cortometraje, más allá de los contenidos que pretende abordar (influencias y toma de decisiones relacionadas con el alcohol), refleja el valor de la participación juvenil en la construcción de discursos de sensibilización, reafirmando su papel como agentes de cambio.

Impacto, ¿Cuántos y cuántas adolescentes han quedado ya?

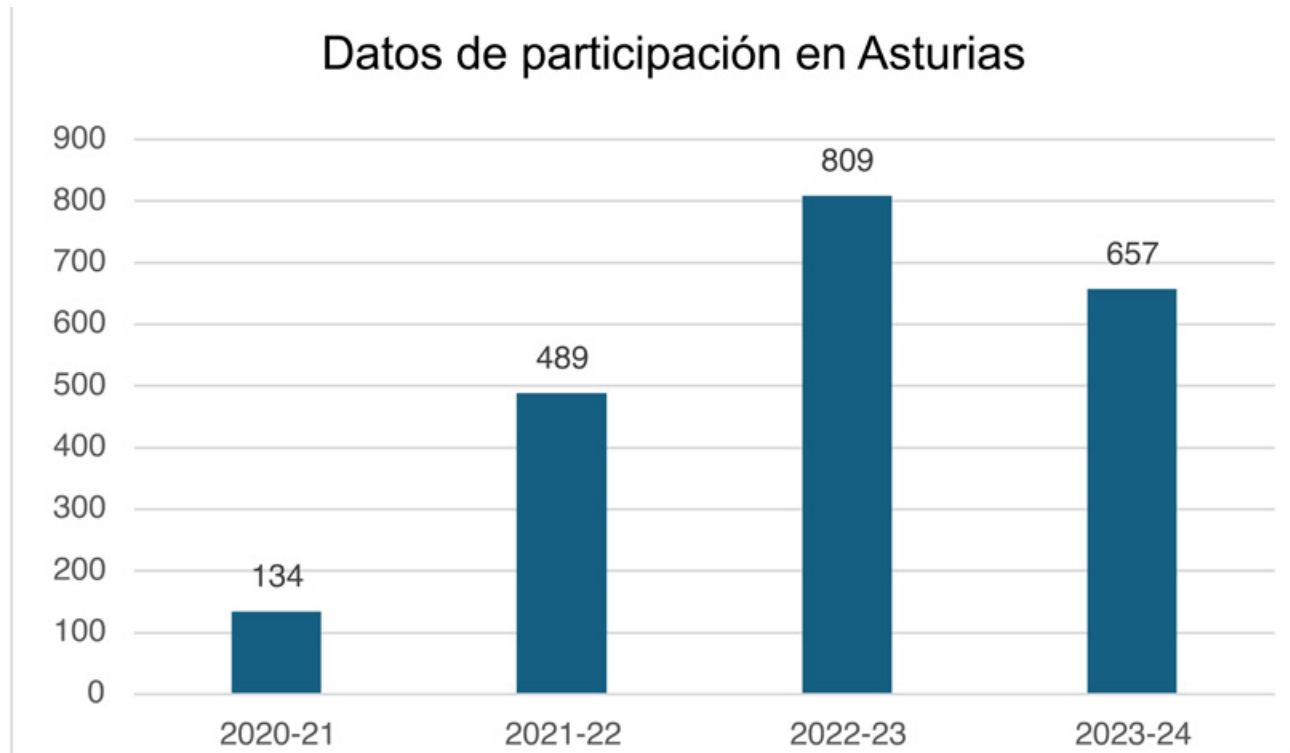
Desde su nacimiento en el curso escolar 2020-2021, han participado en esta iniciativa un total de 8 centros educativos de 3 Concejos distintos de Asturias, con una participación total de 2.089 alumnos y alumnas. La puntuación media de satisfacción con la actividad por parte del profesorado fue de 4,66 puntos sobre 5. Para el presente curso escolar

2024-2025 se han inscrito ya 11 centros escolares con 1.160 alumnos y alumnas (579 chicas y 581 chicos).

Conclusiones

¿Quedamos? supuso una contribución en la oferta de actividades de prevención universal

sobre el consumo de alcohol en la etapa adolescente. El diseño atractivo, la variedad de contenido multimedia y la incorporación de la gamificación como herramientas para captar la atención y promover la reflexión y el debate en el aula, son algunas de las claves del éxito de la actividad. La incorporación de una metodología



Nota 1. Los datos ofrecidos son de Concejos en los que el Área de Prevención Universal y Selectiva de la Fundación CESPA – Proyecto Hombre Asturias tiene presencia.

Nota 2. Elaboración propia.

activa y participativa refuerza la retención del conocimiento y la interiorización de conceptos clave. Convierte el aprendizaje en una experiencia activa y estimulante para el alumnado (Gázquez Pertusa, García del Castillo y Espada, 2009).

Por último, el trabajo colaborativo y en red de las y los técnicos de prevención de adicciones de distintos Concejos de Asturias proporcionó un ambiente de trabajo enriquecedor que permitió construir una actividad variada, flexible e integrativa, que responde lo más fielmente posible a la diversidad de la población adolescente, tanto en las situaciones presentadas, en las distintas capacidades de aprendizaje y en el abordaje psicosocial bajo una perspectiva de género. La cooperación de distintos servicios para alcanzar objetivos comunes, compartiendo recursos, información y conocimientos, han sido factores clave en *¿Quedamos?*.

La actividad de prevención del consumo de alcohol en población adolescente *¿Quedamos?* ha sido elaborada por las siguientes

personas: Aixa López Sainz (Plan sobre Drogas de la Mancomunidad Cinco Villas); Belén Álvarez Delgado (Plan sobre Drogas de Lena); Silvia Fernández Suárez (Plan sobre Drogas de Grado); María Aránzazu Fernández Rodríguez, Aris Grande Gosende, Noelia Rodríguez García, Orlando Menéndez de Blas (Plan Municipal sobre Drogas y otras Conductas Adictivas de Oviedo – Proyecto Hombre Asturias); Maribel Panadero Cabanas (Plan sobre Drogas de Castrillón).

En la actualidad, cualquier persona u organismo que desee implementar la actividad en su centro escolar, puede contactar con prevencion@proyectohombreastur.org.

Bibliografía

