**Comité Universitario de la FCB-UJED.**

**Guerrero-Molina Adriana Edith; Contreras-Burciaga Liana;**  **Robles-Del Río María de Jesús; Romero-Zamudio Susana**

**Resumen**

En el año 2012 se llevó a cabo la firma de la “RED UNIVERSITARIA DE PREVENCIÓN DE ADICCIONES” entre Centros de Integración Juvenil, A.C. y las Universidades más prestigiadas de la Región Laguna y en el año 2015 se ratificó la firma de la Red. Derivado de este documento, se realiza cada año entre los meses de septiembre a octubre el Foro Universitario.

Con la Visión del M.S.P. Herrera Salazar y por iniciativa de la Lic. Psic. Guerrero Molina se convocó a las y los asistentes al Foro Regional C.I.J. 2012 para que a partir de Enero de 2013 se conforma el Comité Universitario de la FCB-UJED con la participación activa de alumnas y alumnas de diferentes semestre. Se ha asistido por seis años consecutivos a dicho Foro. Además que desde su conformación a la fecha, el Comité Universitario de FCB-UJED ha destacado por ser constante, proactivo y ejemplo para la comunidad en general. Esto ha sido posible por todo el apoyo recibido de parte de la Directora de Centros de Integración Juvenil Laguna–Durango la Lic. Patricia Ruvalcaba y la asesora la M.T.F. María de Jesús Robles del Río.

Cabe destacar que a partir de la conformación del comité se ha trabajado a la par en el área de prevención de adicciones con la implementación de un Taller de Orientación Preventiva para Adultos Jóvenes (OPAJ). La frecuencia ha sido de 3 talleres por semestre, en total 30 talleres desde 2013 a 2017; con un promedio de 20 alumnos cada grupo. Lo cual representa una cobertura de atención en prevención de aproximadamente 600 alumnos/as. Además este OPAJ es válido como la primera capacitación para poder integrarse al Comité Universitario FCB-UJED.

**Introducción**

En el año 2012 se llevó a cabo la firma de la “RED UNIVERSITARIA DE PREVENCIÓN DE ADICCIONES” entre Centros de Integración Juvenil, A.C. y las Universidades más prestigiadas de la Región Laguna y en el año 2015 se ratificó la firma de la Red. Derivado de este documento, se realiza cada año entre los meses de septiembre a octubre el Foro Universitario.

La Red permite compartir las buenas prácticas de las diferentes acciones que llevan a cabo cada Universidad o institución educativa, además de hacer un recuento de experiencias vinculadas con la promoción de estilos de vida saludable que se estén llevando a cabo.

Con la Visión del M.S.P. Herrera Salazar y por iniciativa de la Lic. Psic. Guerrero Molina se convocó a las y los asistentes al Foro Regional C.I.J. 2012 para que a partir de Enero de 2013 se conformara el Comité Universitario de la FCB-UJED con la participación activa de alumnas y alumnas de diferentes semestre. Se ha asistido por seis años consecutivos a dicho Foro. Además que desde su conformación a la fecha, el Comité Universitario de la FCB-UJED se ha destacado por ser constante, proactivo y ejemplo para la comunidad en general. Esto ha sido posible por todo el apoyo recibido de parte de la Directora de Centros de Integración Juvenil Laguna–Durango la Lic. Psic. Ruvalcaba Torres y la asesora la M.T.F. Robles del Río.

Cabe destacar que a partir de la conformación del comité se ha trabajado a la par en el área de prevención de adicciones con la implementación de un Taller de Orientación Preventiva para Adultos Jóvenes (OPAJ), dicho taller tiene como objetivo “Brindar información científica y actualizada sobre los daños, efectos y riesgos del abuso de alcohol, tabaco y otras drogas, que incremente la percepción de riesgo y contribuya a la toma de decisiones responsables con relación a dicho consumo”. Además de “Promover el desarrollo de habilidades sociales que permitan hacer frente a la influencia del grupo de pares y otras situaciones que aumentan el riesgo de tener problemas con el uso y abuso del alcohol, tabaco y otras drogas”.

Durante los TALLERES DE ORIENTACIÓN PREVENTIVA PARA ADULTOS JOVENES, llevados a cabo con en la FCB, algunos de los temas visto son:

1 Factores de riesgo y factores de protección

2. Autoestima

3. Asertividad

4. Enfrentar la presión social

5. Reconocimiento y manejo de emociones

6. Manejo del estrés y técnicas de relajación

7. Evaluación y cierre del taller

La frecuencia ha sido de 3 talleres por semestre, en total 30 talleres desde 2013 a 2017; con un promedio de 20 alumnos cada grupo. Lo cual representa una cobertura de atención en prevención de aproximadamente 600 alumnos/as. Además este OPAJ es válido como la primera capacitación para poder integrarse al Comité Universitario FCB-UJED.

El Comité Universitario FCB-UJED ha coordinado, organizado y participado en diversas actividades, por mencionar: Concurso de cartel, Periódico mural alusivo a temática del programa /collage, Socio dramas, Retrasmisión de plática informativa a los grupos de la escuela, Concursos de baile (afrontamiento del estrés o imitación), Convivencia deportiva (afrontamiento del estrés), Murales con mensaje preventivo, Presentación de canciones con mensaje preventivo, Análisis de canciones, Cine reflexión, Elaboración de cuentos (historieta, narración), Organización de los Mini foros y Foros Internos, Concurso de cartel, mañana de talentos (fomento de habilidades artísticas y de la creatividad), Kermeses (convivencia sana). Además, las/los miembros del comité han sido modelo de liderazgo, con alto rendimiento académico, eficiencia terminal, participantes del programa de movilidad estudiantil y han recibido premios de responsabilidad Social por parte del CIESLAG.

Es importante señalar que las y los integrantes del comité cumplen con un perfil como Participación voluntaria, Liderazgo positivo en sus grupos, Entusiastas, Comprometidos y con alto nivel de responsabilidad, Sin antecedentes de consumo de drogas ilícitas y reserva en drogas lícitas (alcohol y tabaco) para ser congruentes con la función de Promotores de Salud, Se espera sean alumnos de los primeros semestres, para que tengan permanencia y que puedan dar continuidad a las actividades, sin embargo, puede ser cualquier alumno/a inscrito/a a las carreras de la FCB de primero a noveno, Disposición para asistir a la capacitación y asesorías necesarias, entre otras.

**Objetivo General**

• Generar la participación activa de los (as) jóvenes en la Prevención de las Adicciones, dotándolos de herramientas necesarias para promover estilos de vida saludables y evitar el consumo de drogas en su Universidad a través de capacitación y asesoría continua, para difundir el mensaje de joven a joven.

**METODOLOGIA**

La capacitación y asesoría por parte de Centros de Integración Juvenil se programa de acuerdo a los tiempos disponibles de cada plantel y de los alumnos, sin que esto perjudique su asistencia a clases y cumplimiento de responsabilidades académicas, con apoyo y coordinación del monitor, personal de la Facultad que coordina las actividades del comité universitario, que en este caso es la persona de la Lic. Psic. Guerrero Molina.

Existen dos metodologías a mencionar, en el caso del OPAJ, se realizan aproximadamente 8 sesiones semanales de 120 minutos efectivos, en la cual se desarrollan actividades teóricas y vivenciales las cuales se centran en: Identificar Factores de riesgo y factores de protección, Temas de Autoestima, Asertividad, Enfrentar la presión social, también Reconocimiento y manejo de emociones además del Manejo del estrés y técnicas de relajación.

En el caso del Comité Universitario, la capacitación inicial y básica tiene una duración mínima de 8 sesiones de 2 horas, que aborda las siguientes temáticas:

Presentación, Expectativas y Encuadre

Epidemiología y conceptos básicos de drogadicción

Factores de riesgo, factores protectores

Mitos y realidades de las drogas

Daños y consecuencias de las drogas

Alcohol

Tabaco

Drogas ilegales

Publicidad y drogas

Plan de trabajo

De manera continua se han realizado diversas capacitaciones, según la necesidad del Comité Universitario.

Las asesorías tienen el objetivo de orientar la implementación del programa de trabajo y se programa según las necesidades al respecto. El Comité Universitario de la FCB se reúne una vez a la semana con la presencia de la asesora y la monitora.

**BIBLIOGRAFIA:**

* J Villatoro, M Medina-Mora, C Fleiz Bautista, 2012. El consumo de drogas en México: Resultados de la Encuesta Nacional de Adicciones, 2011- Salud mental - scielo.org.mx.
* Secretaría de Salud, 2016. HABLEMOS SOBRE EL ALCOHOL, TABACO Y OTRAS DROGAS, GUÍA PREVENTIVA PARA PADRES Y MAESTRO
* Centros de Integración Juvenil A. C. (s/f). ¿Drogas? ¡Mejor infórmate! En: http:// [www.cij.gob.mx/drogasinformate/pdf/](http://www.cij.gob.mx/drogasinformate/pdf/) drogasmejorinformateversionparajovenes. pdf. Consultada el 31 de marzo de 2016.
* Comisión Nacional contra las Adicciones. (2008). Prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables. Guía para el promotor de Nueva Vida. México: Gobierno Federal, Programa Vivir Mejor, Fundación Gonzalo Río Arronte.
* Aibar Castillo, P. Hábitos saludables en la adolescencia. (s/f). En: <http://secundariapersonalizada>. edu.mx/wp-content/ uploads/2013/09/SALUD-E-HIGIENE- EN-LA-ADOLESCENCIA.pdf. Consultada el 11 de agosto de 2016.