



ACERCAMIENTO A LA CREACIÓN DE PROGRAMAS DE PREVENCIÓN EFECTIVOS FRENTE AL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN JÓVENES: BASADO EN UNA EXPERIENCIA DE INVESTIGACIÓN

Daniela Valencia Ruco

Terapia Ocupacional
Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte



El conocimiento
es de todos

Minciencias



Enlazando el futuro de los jóvenes Vallecaucanos

DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA

Grupo de Investigación Purdue Puentes Project

Tutoría a cargo de la Dra. Yumary Ruiz

Universidad de Purdue

FACULTAD DE SALUD Y REHABILITACIÓN

Grupo de Investigación INVENDTO

Tutoría a cargo de la Mg. Diana C. Zamudio

Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte (Colombia)

DEPARTAMENTO DE INGENIERÍA

Grupo de Investigación GIEIAM

Tutoría a cargo del Dr. Erick Javier Argüello Prada

Universidad de Santiago de Cali - Colombia

Ministerio de Ciencia Tecnología e Innovación

Gobernación del Valle del Cauca

Instituto Financiero para el Desarrollo del

Valle del Cauca INFIVALLE

Universidad Santiago de Cali

Pasantía Internacional "Nexo Global Valle del Cauca"

Santiago de Cali, Colombia

6 de abril de 2021

COMITÉ EDITORIAL DE LA UNIVERSIDAD SANTIAGO DE CALI

Carlos Andrés Pérez Galindo

Rector

Claudia Liliana Zúñiga Cañón

Directora General de Investigaciones

Edward Javier Ordóñez

Editor

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Juan Diego Tovar Cardenas

librosusc@usc.edu.co



El conocimiento
es de todos

Minciencias

ACERCAMIENTO A LA CREACIÓN DE PROGRAMAS DE PREVENCIÓN EFECTIVOS FRENTE AL CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS EN JÓVENES: BASADO EN UNA EXPERIENCIA DE INVESTIGACIÓN

Approach to the creation of effective prevention programs against the consumption of psychoactive substances in young people: based on a research experience

Daniela Valencia Ruco

Terapia Ocupacional

Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte, Cali-Colombia

 daniela.valencia00@endeporte.edu.co

Resumen. La apropiación del conocimiento en experiencias de intercambios culturales y de investigación en países del primer mundo, les brinda la oportunidad a los jóvenes universitarios de perfeccionar sus habilidades investigativas, formarlos a nivel académico y personal, la posibilidad de llevar a su país de origen todo lo aprendido para que sea puesto en práctica y creen un bienestar a su población o brinden solución a una problemática específica. Conocer las metodologías y formas de trabajo de los proyectos de salud pública en Estados Unidos, permitió la creación de estrategias que pueden ser usadas en el Departamento del Valle del para la creación de programas de prevención frente al consumo de sustancias psicoactivas (SPA) basadas en la apropiación del conocimiento y en la experiencia de ser un asistente de investigación. Donde los resultados pretenden dar solución a un flagelo social.

Palabras claves: Jóvenes, consumo de sustancias psicoactivas, prevención, asistente de investigación.

Abstract. The appropriation of knowledge in experiences of cultural and research exchanges in avant-garde and first world countries, gives young university students the opportunity to improve their research skills, train them academically and personally, the possibility of taking everything they have learned to their country of origin to put it into practice and create a welfare for their population or provide a solution to a specific problem. Knowing the methodologies and ways of working of public health projects in the United States, allowed the creation of strategies that can be used in Valle del Cauca for the creation of prevention programs against the consumption of psychoactive substances (PAS) based on the appropriation of knowledge and the experience of being a research assistant. Where the results are intended to provide a solution to a social scourge.

Keywords: youth, use of psychoactive substances, prevention, research assistant.

INTRODUCCIÓN

Uno de los problemas priorizados para el Departamento del Valle del Cauca es la incidencia del inicio temprano del consumo de sustancias psicoactivas (SPA) en jóvenes. Para dar respuesta a

esta problemática, se planteó la creación de programas de prevención que tuvieran en cuenta los factores protectores y de riesgo con los que contaban los jóvenes, esta propuesta fue puesta en un ensayo de motivación para la convocatoria de "Nexo Global

Valle del Cauca". El cual es un programa realizado en conjunto por la Gobernación del Valle del Cauca, la Universidad Santiago de Cali, el Instituto Financiero Para el Desarrollo del Valle del Cauca INFIVALLE y el Ministerio de Ciencia y Tecnología e Innovación, cuyo objetivo es fortalecer las vocaciones científicas en escenarios internacionales de jóvenes estudiantes de pregrado en las áreas priorizadas por el Departamento del Valle del Cauca.

El objetivo de este artículo es describir la experiencia de participar en la pasantía internacional "*Nexo Global Valle del Cauca*" y así, ser parte de un proyecto de investigación de salud pública en la Universidad de Purdue. De esta manera, la adquisición del conocimiento da paso a la creación de estrategias que pueden ayudar a la salud pública a crear programas de prevención que sean más efectivos, que tengan cobertura en la población afectada por este flagelo social y a su vez, que tengan la capacidad de evaluar los impactos.

Ahora bien, la pasantía fue desarrollada en la Universidad de Purdue, en el estado de Indiana, Estados Unidos, donde se tuvo la oportunidad de participar como asistente de investigación en un estudio llamado: Purdue Puentes Project (PPP), cuyas investigadoras principales son la Dra Yumary Ruiz y la Dra Zoe Taylor, quienes pertenecen a el Departamento de Salud Pública, y el Departamento de Desarrollo Humano y Estudios de Familia de la Universidad de Purdue, respectivamente.

El Proyecto Purdue Puentes (PPP), es un estudio longitudinal, diseñado para estudiar algunos de los factores que influyen en las metas educativas, la salud y el bienestar de los jóvenes y niños de las familias agrícolas Latinas. El proyecto seguirá durante 4 años a los hijos de familias agrícolas que se encuentren entre los 10 y 15 años de edad, al igual que a sus madres o cuidadores principales.

METODOLOGÍA DEL PPP

Es un estudio de metodología longitudinal o también denominado de cohortes, lo que significa que se investiga o se hace un seguimiento de manera repetitiva a lo largo del tiempo (Dagnino, 2014).

El área de estudio fue el estado de Indiana en Estados Unidos, el cual tiene 92 condados y los participantes reclutados durante el primer año (2021) del proyecto, pertenecen a 21 condados diferentes donde se encuentran ciudades como: Monon, Lafayette, Indianápolis, Fort Wayne, Frankfort, South Bend, Rensselaer, La Porte, entre otras.

Las familias fueron reclutadas por medio de organizaciones como el Departamento de Educación de Indiana (DOE por sus siglas en inglés), a través de su Programa de Educación Migrante (MEP por

sus siglas en inglés), también por medio de eventos culturales como los festivales latinos o en fábricas, a los cuales asistían algunos asistentes de investigación (RAs por sus siglas en inglés), para reclutar familias por medio de encuestas de elegibilidad tomadas en dispositivos electrónicos. En suma, algunos participantes fueron reclutados porque familias que ya estaban involucradas en el proyecto conocían a otras familias que cumplían con los criterios y compartieron los números asociado al proyecto, o compartían con el equipo los números de sus amigos para que el personal vinculado al proyecto se comunicara con ellos.

Estas familias pertenecían a diferentes condados dentro del Estado de Indiana y debían cumplir con los criterios de inclusión que eran:

- Trabajar o vivir en el estado de Indiana.
- Tener hijos entre los 10 y 15 años de edad.
- Reconocerse a ellos mismo como latinos o hispanos.
- Trabajar en actividades de agricultura o afines.

Las familias que eran reclutadas, se agendaban para una visita de casa donde se hacía una encuesta a la mamá (o principal cuidador) y al joven. Estas encuestas contenían una serie de preguntas asociadas a diferentes secciones o baterías; se tomaban medidas como: el peso, la altura, el índice de masa corporal (IMC) y la presión arterial, adicional a esto, se realizaban unos juegos en los dispositivos electrónicos que evaluaban las habilidades mentales específicas como la memoria y la atención.

Las preguntas formuladas en las encuestas permitieron conocer acerca de las relaciones familiares, el desarrollo positivo de los jóvenes, la resiliencia y las fortalezas de la familia, el estrés y los comportamientos frente a la salud, el éxito académico, la intención y el uso de sustancias psicoactivas, la identidad positiva, las transiciones a través de la adolescencia, los valores culturales, la percepción a las ideas sobre el consumo de SPA, ansiedad, depresión, entre otras.

Asimismo, todos los jóvenes que habían realizado las encuestas, recibían a los tres (3) meses por medio de mensaje de texto o por correo electrónico un link con una encuesta corta y estas se realizaban una vez cada dos meses durante el año el escolar, siendo cuatro (4) en total. Estas encuestas cortas contenían secciones de la encuesta inicial, donde se incluían la depresión, la ansiedad, la intención y el uso de SPA, relaciones familiares, etc. Las cuales eran realizadas con el fin de darle seguimiento a los jóvenes y poder así evaluar si la percepción frente a estos temas y la forma como se sentían cambiaba a través del tiempo.



El Proyecto Purdue Puentes (PPP) no sólo recolectaba información de tipo cuantitativo, sino que también lo hacía de manera cualitativa, para ello, se realizaban unas entrevistas semiestructuradas con los jóvenes y con sus madres o cuidadores principales. Las entrevistas eran grabadas en audio con el consentimiento del participante y por medio de ellas, se buscaba conocer acerca de su experiencia en relación a: la movilidad entre estados, lo que significaba trabajar en agricultura o ser parte de una familia agrícola, relaciones familiares, percepción de su salud mental y física, la forma en la que llegaron a los Estados Unidos, entre otras.

Cabe destacar que las actividades realizadas tenían un estímulo monetario para las familias que participaban, es decir, la mamá (o cuidador principal) recibía un pago de 40 USD por completar la encuesta y los jóvenes recibían 35 USD; si los jóvenes completaban las cuatro (4) encuestas cortas durante el año escolar recibían 40 USD lo que equivale a 10 USD por cada encuesta corta que realicen. Para las entrevistas, las madres o cuidadores principales recibían 30 USD y los jóvenes 20 USD.

Hasta este punto, se ha realizado una descripción de todo el proceso de reclutamiento y la recolección de los datos de 105 participantes (joven y mamá o cuidador principal) que se obtuvieron para el primer año del proyecto (2021). Pero ¿Quiénes son las personas encargadas de realizar el reclutamiento y la recolección de datos? Como todo grupo de investigación tiene unas personas asociadas, para el caso del Proyecto Purdue Puentes (PPP), el rol principal en esos dos procesos fue asignado a los asistentes de investigación, quienes eran estudiantes de pregrado de la Universidad de Purdue, o estudiantes que van de intercambio, como es el caso de los 3 colombianos que tuvieron la oportunidad de ser parte del grupo de investigación y quienes cumplieron un rol importante en cada una de las actividades realizadas.

Los asistentes de investigación eran bilingües, con dominio del inglés y del español, se encargaban de realizar las llamadas a las familias para confirmar si cumplían con los criterios de inclusión para participar, explicaban el consentimiento informado y se aseguraban de que fuera firmado y quedara en la base de datos, agendaban los encuentros de recolección de datos, planeaban rutas de viaje cuando habían diversas familias en zonas cercanas y realizaban las encuestas cortas con los jóvenes por medio de llamadas.

Por último, en relación al proceso de análisis de datos, los asistentes de investigación participaron en la transcripción de las entrevistas que fueron grabadas en audio, usando Sonix (programa en línea que convierte audios en texto), y lograron analizar

una parte de la información cuantitativa, por medio del programa estadístico SPSS.

MARCO TEÓRICO

A continuación, se van a describir diferentes planes y manuales que hablan acerca de la prevención del consumo de sustancias psicoactivas y las políticas de salud pública que pretenden dar respuesta este flagelo social. Los documentos internacionales son creación de las Naciones Unidas y la Organización de los Estados Americanos, mientras que los nacionales son creación del Ministerio de Salud y de los entes territoriales.

El manual sobre programas de prevención del uso indebido de drogas con participación de los jóvenes: una guía de desarrollo y perfeccionamiento

Muestra las diferentes estrategias o puntos que se deben tener en cuenta a la hora de crear programas de prevención del consumo de SPA en jóvenes.

También, resalta la importancia de la participación de los jóvenes dentro de la creación de los programas, al igual que la participación de la comunidad y los padres de familia, que propongan soluciones únicas y específicas para sus comunidades, se debe tomar provecho de las investigaciones existentes referentes al tema y, sobre todo, reconocer que todos los jóvenes no son iguales y que las estrategias deben ser cuidadosamente adaptadas a grupos destinatarios claramente definidos.

Informe sobre el consumo de drogas en las Américas 2019

Este informe analiza los datos actuales sobre el uso de drogas en el hemisferio occidental y destaca temas emergentes de interés para los responsables políticos y para el público en general. Resalta que hay mil millones de personas y que la región es étnica, lingüística, económica y culturalmente diversa, al igual que los problemas en el uso de drogas.

Además, destaca cuatro áreas importantes que se deben conocer en relación a la creación de políticas de drogas: 1) Inicio de consumo de drogas a edades tempranas. 2) Tendencias en el consumo de drogas. 3) cambios en el consumo de drogas por sexo y 4) Nuevos desafíos para las políticas sobre drogas.

Ahora bien, el área de *nuevos desafíos para las políticas de drogas*, menciona que “para reducir las consecuencias del problema de las drogas, especialmente en las poblaciones más vulnerables,

los países deben adoptar políticas que tengan en cuenta la perspectiva de género y se basen en un enfoque de salud pública centrado en el bienestar de la persona y el respeto a los derechos humanos”.

El Plan Nacional para la Promoción de la Salud, la Prevención y la Atención del Consumo de Sustancias Psicoactivas (SPA)

Es un esfuerzo nacional por incorporar el enfoque de salud pública en un marco intersectorial para disminuir la exposición al consumo de drogas y sus impactos en la población colombiana.

Este documento resalta que, para el fortalecimiento del enfoque de salud pública, no se deben esperar cambios de las políticas de drogas, sino que, de manera contraria, debería anticiparse el fortalecimiento de las políticas, programas, planes y acciones en salud pública. Además, resalta que el conocer los mecanismos que hacen menos propensas a las personas a consumir drogas es un camino que puede recorrerse con miras a contener el abuso de las mismas.

Asimismo, dentro de las estrategias y líneas de acción en el componente de Fortalecimiento Institucional, se propone un programa nacional de investigaciones sobre SPA. Asimismo, en las estrategias y líneas de acción del componente de Prevención se prioriza el diseño y desarrollo de herramientas para el fortalecimiento de los factores protectores y disminución de factores de riesgo en los niños, niñas, adolescentes y jóvenes frente al consumo de SPA.

Por último, reconoce que los programas de prevención basados en la escuela o colegios son los más adecuados. Así como también, que el uso de dispositivos electrónicos y redes sociales son más llamativos e interesantes para los jóvenes si están incluidos dentro de las estrategias.

Plan Integral Departamental de Drogas Valle del Cauca 2016-2019

Identifica los problemas frente al consumo de drogas en el Departamento del Valle del Cauca, donde uno de ellos es la limitada cobertura de programas de prevención del uso y abuso de drogas y programas sociales.

En suma, en su “línea estratégica 2. Reducción del consumo de drogas”, tiene como componente: “disminuir la incidencia de contacto temprano con las sustancias psicoactivas y las afectaciones al bienestar, desarrollo y la progresión hacia patrones de consumo de abuso y dependencia”.

REFLEXIÓN

Siendo asistente de investigación del Proyecto Purdue Puentes (PPP), tuve la oportunidad de vivir una experiencia llena de anécdotas y aprendizajes no solo en el campo de investigación, sino también a nivel personal.

Durante la pasantía realicé actividades de campo para la recolección de datos y un trabajo de oficina, donde pasaba la mayor parte del tiempo. Al tener estatus de asistente de investigación cumplía con horarios y un total de 40 horas semanales, que en algunas ocasiones aumentaban, debido a las horas extras realizadas en las salidas de campo.

Dentro de las actividades que desempeñaba en la oficina se encontraban: realizar las llamadas a los participantes para conocer si eran elegibles, llamadas para agendar los encuentros con las familias que ya habían sido consentidas y crear rutas de viaje a varias ciudades. Participé en la creación de contenido informativo para las redes sociales del proyecto y de protocolos para el entrenamiento de nuevos asistentes de investigación.

Además, cuando se empezó el análisis de información, realicé transcripciones de las entrevistas realizadas en verano a los jóvenes y a sus madres usando el programa Sonix (el cual convierte los audios en texto), ahí debía hacer revisión del texto, corregir ortografía y agregar los códigos específicos usados en el proyecto. Para el análisis de la información cuantitativa me dieron la oportunidad de usar el programa estadístico SPSS, donde saqué promedios, e hice análisis univariados.

Ahora bien, cuando realizaba salidas de campo para la recolección de datos con las familias, tuve la oportunidad de conocer varias ciudades dentro del estado de Indiana, como: Frankfort, South Bend, Indianápolis, Fort Wayne, Monon, Rensselaer, Decatur y La Porte. Durante los viajes de noche, me hospedé en hoteles 5 estrellas y visité los mejores restaurantes que tenían las diferentes ciudades.

Pero, más allá del conocer lugares nuevos y disfrutar la experiencia con ojos de turista, en cada lugar que visitaba, conocía una familia latina diferente, con una historia de vida llena de dificultades, resiliencia y amor por los suyos. Por tal motivo, la experiencia más significativa del proceso de la pasantía fue ese, el intercambio de opiniones con las familias participantes, pues fueron ellas las que forjaron mi vocación y mi pasión hacia al trabajo social comunitario e incentivaron mi trabajo día a día.



Estrategias basadas en la experiencia

La siguiente sección permite establecer una relación entre todos esos conocimientos, la experiencia ganada, y las posibles soluciones para que se creen programas de prevención frente al consumo de SPA en jóvenes y adolescentes del territorio del Valle del Cauca que sean más efectivos, enfocados a las necesidades reales, con capacidad de adaptación, evaluación y enfoque diferenciador.

Teniendo en cuenta la metodología usada por el Proyecto Purdue Puentes (PPP), y los objetivos, estrategias y metas que tienen los documentos presentados en el marco teórico, se plantean las siguientes estrategias o consejos que sirvan como referencia para la creación de este tipo de proyectos.

Estrategia 1. Mejoramiento del conocimiento territorial acerca del consumo de SPA: realizar un proyecto de investigación longitudinal en el territorio del Valle del Cauca, reforzaría la línea de fortalecimiento institucional, mencionada en el *“Plan Nacional para la Promoción de la Salud, la Prevención, y la Atención del Consumo de Sustancias Psicoactivas 2014–2021”* ya que, se conocería la percepción de los jóvenes frente al consumo de SPA; haría un acercamiento territorial para reconocer poblaciones y comunidades específicas y daría un panorama de identificación de factores de riesgo y protectores.

Estrategia 2. Fortalecer el trabajo intersectorial: ser adolescente es reconocido como un factor de riesgo en sí mismo frente al consumo de SPA, debido a que son influenciados por una compleja interacción entre diversos aspectos biopsicosociales (Tena et al., 2018). Por tal motivo, los programas de prevención creados desde las políticas de salud pública deben estar enfocados en dicho grupo poblacional. En ese orden de ideas, trabajar con los colegios (tanto del sector público como privado) sería la clave para abordar la mayor cantidad de la población y lograr la cobertura necesaria requerida para este tipo de programas.

Estrategia 3. Los programas deben incluir a la familia y a la comunidad: de acuerdo al *“Manual sobre programas de prevención del uso indebido de drogas con participación de los jóvenes: una guía de desarrollo y perfeccionamiento”*, se recomienda que los programas incluyan a la comunidad en la cual vive inmerso el adolescente y a los padres. Por esa razón, realizar un trabajo con la metodología usada en el Proyecto Purdue Puentes (PPP), al realizar encuestas a los jóvenes y a las madres (o principal cuidador) e incluir a los docentes, cumpliría con dicha recomendación.

Estrategia 4. Uso de tecnología para presentar la información: al ser la población de interés el grupo de jóvenes y adolescentes, presentar la información en dispositivos electrónicos, permite

que haya una mejor disposición por parte del adolescente, y aumente su motivación e interés en la participación del mismo, ya que este tipo de herramientas suelen llamar su atención.

Estrategia 5. Seguimiento y evaluación del impacto: realizar encuestas cortas durante el año escolar a los jóvenes que hacen parte de un programa de prevención, permite conocer los posibles cambios en la percepción frente al consumo de SPA, si la intención de consumo o el uso de las mismas ha incrementado o disminuido durante la participación en un programa de prevención, pero, sobre todo, fortalece las falencias de la mayoría de los programas de prevención que no cuentan con un sistema de evaluación de los impactos o un seguimiento del mismo.

CONCLUSIÓN

En relación al trabajo realizado en el Proyecto Purdue Puentes (PPP), se presentaron limitaciones en el proceso de ser asistente de investigación, las cuales estuvieron asociadas a la situación de salud pública que se vivió a nivel mundial con la pandemia de COVID 19, ya que, disminuyeron los eventos de reclutamiento en las fábricas o los festivales, por lo tanto, no se tuvo la oportunidad de participar en dichas actividades. Asimismo, debido al tiempo y las fases en las que se encontraba el proyecto, no se pudo tener una participación completa en el proceso de análisis de la información tanto cuantitativa como cualitativa.

Sin embargo, esta experiencia facilitó la adquisición del conocimiento a tal manera, que permitió crear las estrategias presentadas anteriormente, que se espera puedan ser evaluadas y utilizadas acorde a la realidad y el contexto que se vive actualmente en el Departamento del Valle del Cauca con el flagelo social del consumo de SPA y que a partir de ese momento se cree un inicio para que los programas puedan contar con estructuras flexibles y que cumplan los objetivos reales para los cuales fueron implementados.

En contraste, se espera que la reflexión aquí realizada y las estrategias propuestas, sean estudiadas como potencial para una futura investigación en el Departamento del Valle del Cauca, que sea realizada en los colegios del territorio y que incluyan a los jóvenes y a sus madres o cuidadores principales, pues no todos los jóvenes son iguales, o son igualmente vulnerables, por tal motivo, conocer los factores protectores o de riesgo con los que cuentan, al igual que la percepción que tiene frente al consumo de sustancias psicoactivas, permite la orientación de políticas, estrategias y programas más efectivos y con capacidad diferenciadora.

Por último, este tipo de investigaciones puede brindar un panorama más amplio desde la visión de la salud pública, para que se implementen o se redireccionen los esfuerzos, recursos y los proyectos que están encaminados a la prevención del consumo de sustancias psicoactivas en los jóvenes.

AGRADECIMIENTOS

Mis agradecimientos a todas las personas que hicieron esta pasantía posible, principalmente a Nexo Global Valle del Cauca, y a las entidades que hacen parte del mismo como: el Instituto Financiero Para el Desarrollo del Valle del Cauca INFIVALLE, la Gobernación del Valle del Cauca, la Universidad Santiago de Cali y el Ministerio de Ciencia y Tecnología e Innovación. También un agradecimiento especial a mi programa de Terapia Ocupacional de la Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte, por su apoyo y por los recursos que puso a mi disposición para que esta pasantía fuera posible.

Es importante mencionar que la metodología aquí descrita pertenece a Purdue Puentes Project y a sus investigadoras principales la Dra Yumary Ruiz y la Dra Zoe Taylor de la Universidad de Purdue. Para ellas y para todo el equipo de asistentes de investigación asociados a este maravilloso proyecto, les doy las gracias por hacerme sentir valiosa dentro de este grupo, por haberme permitido explorar más en el mundo de la investigación y por manifestar su intención de que me quedara a trabajar unos meses más.

A las familias que hicieron parte de este estudio y que logré conocer durante el proceso de recolección de datos, gracias por abrirme sus puertas y compartir conmigo sus experiencias de vida, su fortaleza y su resiliencia ante las dificultades que han pasado; con ellas reí, lloré, pero, sobre todo, me llenaron de motivación para continuar trabajando con amor, vocación y pasión siendo el altavoz de aquellas poblaciones vulnerables que no son escuchadas. A ustedes, una vez más ¡Gracias! porque me hicieron crecer a nivel personal y profesional.

A los 19 jóvenes universitarios de universidades diferentes, de carreras diversas y de personalidades maravillosas que me acompañaron en esta aventura, les agradezco los momentos de diversión, los momentos de apoyo y tristezas, las celebraciones y los viajes, sin ustedes esta experiencia no hubiera sido la misma. Gracias por convertirse en amigos y en familia.

Por último, y no menos importante, un agradecimiento a mi familia, a mis papás y hermano porque siempre confiaron en mí,

a mi tío, al cual le prometí en su lecho que haría de mi inteligencia la mayor de mis cualidades y hoy 2 años después se lo estoy cumpliendo. Al igual que a mis mejores amigos por estar en los momentos difíciles que pasé al estar alejada de mi tierra y de mi núcleo familiar.

REFERENCIAS

- Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (2019). Informe sobre el consumo de drogas en las Américas, 2019. <http://www.cicad.oas.org/main/pubs/Informe%20sobre%20el%20consumo%20de%20drogas%20en%20las%20Am%C3%A9ricas%202019.pdf>
- Dagnino J (2014). Tipos de estudio. *Rev Chil Anest*, 43, 104-108. <https://revistachilenadeanestesia.cl/PII/revchilanes-tv43n02.05.pdf>
- Gobernación del Valle del Cauca (2016). Plan Integral Departamental de Drogas del Valle del Cauca 2016-2019. http://www.odc.gov.co/Portals/1/politica-regional/Docs/plan-departamental-drogas-valle-cauca_2016_2019.pdf
- Ministerio de Salud y Protección Social (2014). Plan Nacional para la Promoción de la Salud, la Prevención y la Atención del Consumo de Sustancias Psicoactivas 2014-2021. <http://www.odc.gov.co/Portals/1/publicaciones/pdf/consumo/politica-consumo/OD1012014-plan-nacional-prevencion-consumo-sustancias-psicoactivas.pdf>
- Oficina de las Naciones Unidas de Fiscalización de Drogas y Prevención del Delito Viena (2002). Manual sobre programas de prevención del uso indebido de drogas con participación de los jóvenes. https://www.unodc.org/documents/drug-prevention-and-treatment/S_handbook.pdf
- Tena A, Castro G, Marín R, Gómez P, De la Fuente A, Gómez M (2018). Consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes: consideraciones para la práctica médica. *Med. Interna Méx.* 34 (2). http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-48662018000200008&lang=pt

Cita recomendada

Valencia Ruco, D. (2022). Acercamiento a la creación de programas de prevención efectivos frente al consumo de sustancias psicoactivas en jóvenes: basado en una experiencia de investigación. En: *Nexo Global. Artículos de reflexión*, pp. 1-8.