



CUADERNILLO N° 4

CUIDAR ANTES Y CUIDAR DURANTE



CUIDADO



COMUNIDAD



DIALOGO



DERECHOS



BIENESTAR



RN

Ministerio de Salud
Abordaje Integral de
Consumos Problemáticos



MINISTERIO DE SALUD

PROGRAMA ABORDAJE INTEGRAL CONSUMOS PROBLEMÁTICOS - APASA (LEY N° 5151) - GOBIERNO PROVINCIA DE RÍO NEGRO

Autoridades

Gobernador de la Provincia de Río Negro

- Alberto Weretilneck

Ministro de Salud Provincia de Río Negro

- Dr. Demetrio Caldis Thalasselis

Secretaría de Salud Río Negro

- Dra. Deorsola Mariana

Ministra de Educación y de DDHH de Río Negro

- Prof. Campos Patricia

Secretaría de Educación Río Negro

- Prof. Arza Silvia

Directora General de Educación

- Prof. Strahl Marcela

Directora Ejecutiva Programa Abordaje Integral de
Consumos Problemáticos AGENCIA APASA

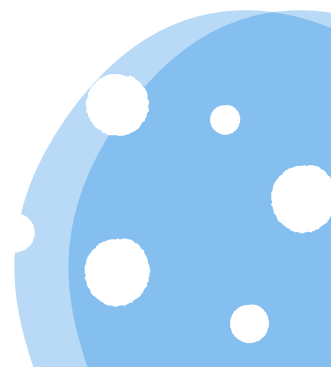
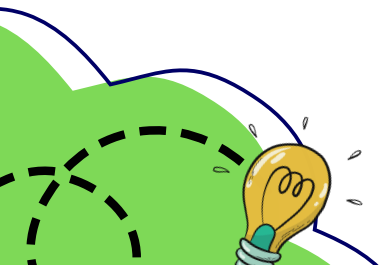
- Lic. Norma Beatríz Mora

Equipo de Ámbito Educativo APASA (Autoría)

- Reuque Mayra Soledad (Técnico)
- Sandoval Karen Sabrina (Técnico)
- Lucía Antonela Cerasa (Diseño Gráfico)

Equipo Técnico del Ministerio de Educación (Revisión)

- Paula Quezada.
- María Jimena Serra.
- Maricel Entraigas.
- Hugo Cervero
- María Ester Heinze.
- Vanina Raul.





¡Hola queridos docentes, niños y niñas de Río Negro, Caminantes de grandes aventuras!

Estos manuales que hemos diseñado para ustedes, constituyen una ruta para que transitemos juntos la vida escolar.

Como **Gobierno de la Provincia de Río Negro** anhelamos contribuir a un desarrollo y crecimiento integral de cada niño y niña, por eso estamos fuertemente comprometidos a pensar y crear, desde el juego, herramientas que contribuyan al mismo.

En la vida van a explorar muchos caminos nuevos, descubrirán pasiones y enfrentarán grandes desafíos. Para disfrutarlos al máximo, el cuerpo y la mente necesitan estar fuertes, sanos y protegidos.

Aquí van a encontrar juegos, historias y actividades para descubrir el superpoder más grande que tienen: saber cómo cuidarse y elegir lo mejor para sus vidas, en lo personal, en lo familiar y en comunidad.

En estas páginas aprenderán a:

- **Conocer las emociones:** saber qué sienten y cómo expresar los sentimientos con palabras.
- **Cuidar el cuerpo:** aprender a protegerlo porque es el vehículo más valioso que tenemos.
- **Decir que no:** recordar que somos nosotros quienes decidimos, qué cosas favorecen mi bienestar y cuales lo afectan.
- **Pedir ayuda:** saber que nunca estamos solos/as y que siempre hay adultos que nos quieren y cuidan.

Los consumos que nos hacen daño, no tienen lugar en una vida llena de proyectos, risas y amigos de verdad.

¡El presente y el futuro brilla mucho y cada uno de nosotros tiene el control para hacerlo brillar aún más!

¡Empecemos a jugar, aprender y crecer juntos!



CUIDAR ANTES Y CUIDAR DURANTE

¿Por qué hablar de Prevención y Reducción de Riesgos y Daños juntas?

Durante muchos años, las políticas sobre consumos se centraron casi exclusivamente en la prohibición, el control y la abstinencia obligatoria. Sin embargo, la experiencia social y educativa mostró que estos enfoques resultaban insuficientes y, en muchos casos, generaban mayor exclusión. Hoy sabemos que los consumos (tanto de sustancias como de tecnologías) forman parte de contextos sociales, culturales y vinculares concretos. Frente a esta realidad, las políticas públicas incorporaron dos estrategias complementarias:

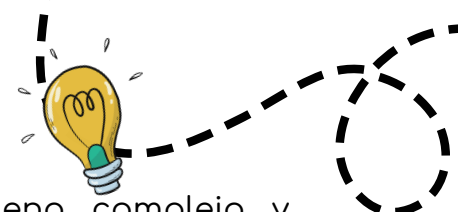
- La prevención, que busca anticiparse y fortalecer factores protectores.
- La Reducción de Riesgos y Daños (RRD), que interviene cuando la situación ya está presente, para disminuir sus impactos negativos.

Ambas se inscriben en una misma lógica de salud integral y enfoque de derechos.

SI LA PREVENCIÓN ACTÚA COMO RED PROTECTORA, LA RRD CONSTITUYE UNA HERRAMIENTA DE CUIDADO Y ACOMPAÑAMIENTO QUE PERMITE SOSTENER LAS TRAYECTORIAS EDUCATIVAS ANTE SITUACIONES QUE REQUIEREN ATENCIÓN PARTICULAR, GARANTIZANDO QUE EL LAZO PEDAGÓGICO NO SE ROMPA.

¿Qué es la Reducción de Riesgos y Daños?

La Reducción de Riesgos y Daños (RRD) es un enfoque que surge como alternativa a los modelos exclusivamente prohibicionistas. Se define como el conjunto de políticas, prácticas e intervenciones orientadas a minimizar las consecuencias adversas del consumo, tanto a nivel individual como social y comunitario.



Este enfoque reconoce que el consumo es un fenómeno complejo y multifacético, y elige reducir sus daños en lugar de ignorarlos o perseguirlos.

De esta manera, en el ámbito educativo, esta perspectiva encuentra sustento en la **Resolución CFE N.º 256/15**, que incorpora los Lineamientos Curriculares para la Prevención de las Adicciones, y en la **Resolución Provincial N.º 803/16**, que orienta el acompañamiento de las trayectorias educativas desde un enfoque de derechos y cuidado.

Ambas normativas sostienen que las situaciones vinculadas a consumos no pueden constituir motivo de sanción, segregación, exclusión ni pérdida de la regularidad escolar. Por el contrario, promueven el acompañamiento pedagógico, la construcción de redes institucionales y la continuidad de las trayectorias educativas como parte de la protección integral de derechos.

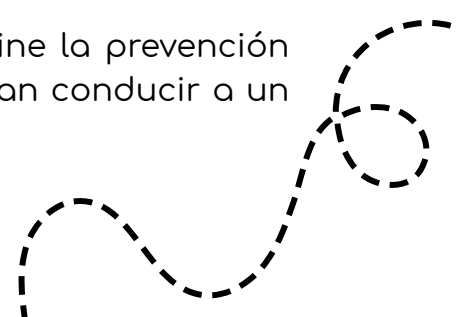
La RRD se sostiene en principios centrales:

- ✓ **Complejidad del consumo:** Los consumos no son hechos aislados ni puramente individuales. Están atravesados por factores sociales, emocionales, culturales y económicos.
- ✓ **Perspectiva de derechos:** Las personas que consumen son sujetos de derecho, no “pacientes crónicos” ni “delincuentes”.
- ✓ **Cuidado por sobre el castigo:** La expulsión escolar o la criminalización generan mayor exclusión y profundizan daños.
- ✓ **Inclusión comunitaria:** El acompañamiento requiere redes institucionales y comunitarias

¿En qué se diferencia la Prevención de la RRD?

La prevención busca evitar que el consumo o determinadas prácticas se inicien o se consoliden. Se orienta hacia el futuro, fortaleciendo condiciones de bienestar antes de que el daño ocurra.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2019) define la prevención como la interrupción de la secuencia de eventos que podrían conducir a un problema de salud.



Existen tres niveles:

- ♦ Prevención universal

Dirigida a toda la población. Ejemplo escolar: promoción de hábitos saludables, proyectos deportivos, actividades culturales.

- ♦ Prevención selectiva

Orientada a grupos con mayor exposición a factores de riesgo. Ejemplo: estrategias específicas de acompañamiento ante contextos de vulnerabilidad.

- ♦ Prevención indicada

Destinada a infancias que ya presentan señales de malestar.

Ejemplo: acompañamiento pedagógico y afectivo sin estigmatización.

En cambio, la RRD parte de aceptar que el consumo o la práctica ya existe y busca reducir sus consecuencias negativas.

PREVENCIÓN	REDUCCIÓN DE RIESGOS Y DAÑOS
Busca evitar que ocurra.	Acepta que ocurre y reduce daños.
Se centra en factores protectores	Se centra en prácticas de cuidado.
Anticipa.	Interviene en la situación presente.

Factores de riesgo y factores de protección

Cuando hablamos de prevención, una de las ideas centrales es la de factores de riesgo y factores de protección. Estos conceptos permiten comprender que las situaciones de bienestar o de malestar no dependen de una sola causa, sino de múltiples condiciones que se combinan en la vida de niñas, niños y adolescentes.

- Los factores de riesgo son aquellas situaciones o condiciones que pueden aumentar la probabilidad de que aparezcan dificultades o prácticas que afecten el bienestar. No determinan por sí mismos lo que va a ocurrir, pero sí pueden generar mayor vulnerabilidad cuando se presentan de manera sostenida.

Entre algunos ejemplos posibles podemos mencionar:

- Falta de adultos disponibles o referentes de confianza.
- Situaciones de violencia o conflicto sostenido.
- Aislamiento social o dificultades en los vínculos.
- Escasas oportunidades de juego, participación o expresión.
- Uso excesivo o no acompañado de tecnologías.
- Contextos de desigualdad o vulneración de derechos.

- Los factores de protección son aquellas condiciones que fortalecen el desarrollo, favorecen el bienestar y ayudan a atravesar situaciones difíciles de manera más saludable.

Entre ellos se encuentran:

- Vínculos afectivos seguros con adultos y pares.
- Espacios de escucha y diálogo.
- Participación en actividades culturales, deportivas o recreativas.
- Sentido de pertenencia a la escuela o a la comunidad.
- Desarrollo de habilidades para la vida, como la expresión emocional, la toma de decisiones y la resolución de conflictos.
- Presencia de normas claras basadas en el cuidado.

TENÉ EN CUENTA QUE...

LOS FACTORES DE PROTECCIÓN NO ELIMINAN LAS DIFICULTADES QUE PUEDAN APARECER EN LA VIDA, PERO FORTALECEN LOS RECURSOS PERSONALES Y COLECTIVOS PARA AFRONTARLAS.

Desde esta perspectiva, la prevención en la escuela no se centra únicamente en evitar riesgos, sino también en construir entornos que potencien estos factores protectores. La presencia adulta, los vínculos de confianza, el juego, la palabra y la participación son parte de esas condiciones que hacen posible el cuidado.

¿Cómo se expresan estas estrategias en la escuela primaria?

Debemos tener en cuenta que en la sociedad, los consumos problemáticos no se limitan a sustancias. Incluyen también:

- Sobreexposición a pantallas.
- Uso no acompañado de tecnologías.
- Prácticas digitales desreguladas.
- Situaciones de vulnerabilidad vinculadas a consumos en el entorno familiar.

En la infancia, cualquier práctica que interfiera con procesos de desarrollo físico y cognitivo puede adquirir carácter problemático.

Por eso, tanto la prevención como la RRD en primaria se orientan al cuidado integral y al fortalecimiento de entornos adultos protectores.

LAS INFANCIAS NO SON RESPONSABLES DE LOS CONTEXTOS QUE LAS ATRAVIESAN. SON SUJETOS DE DERECHOS QUE REQUIEREN ACOMPAÑAMIENTO ADULTO.

¿Qué implica aplicar la Reducción de Riesgos y Daños en la escuela?

Desde la perspectiva de la RRD, intervenir en la escuela implica:

- ✓ Garantizar adultos disponibles y de referencia.
- ✓ Sostener vínculos de confianza y escucha.
- ✓ Evitar el señalamiento y la estigmatización.
- ✓ Registrar cambios sin etiquetar.
- ✓ Cuidar cuerpos, emociones y tiempos.
- ✓ Articular con redes institucionales cuando sea necesario.

Para tener en cuenta: tal como señala la Guía de Orientaciones Escolares de SEDRONAR (2022), lo central no es “saber sobre las sustancias”, sino construir relaciones de confianza que permitan expresar preocupaciones sin temor.

CUIDAR ES INTERVENIR, INCLUSO CUANDO NO PODEMOS MODIFICAR DE INMEDIATO LAS CONDICIONES QUE PRODUCEN EL MALESTAR.

¿Qué implica prevenir en la vida cotidiana escolar?

Como hemos mencionado, prevenir en educación primaria no significa dar una charla aislada. Implica mucho más:

- ✓ Promover hábitos saludables.
- ✓ Desarrollar habilidades para la vida.
- ✓ Construir normas basadas en el cuidado y no en el castigo.
- ✓ Fortalecer el sentido de pertenencia.
- ✓ Trabajar con familias desde la corresponsabilidad.
- ✓ Acompañar el uso de tecnologías desde la mediación adulta.

La prevención se construye en la cotidianeidad: en el vínculo, en la palabra, en la presencia adulta.

¿Qué modelo de escuela construimos cuando articulamos prevención y RRD?

Una escuela que articula prevención y RRD:

- No niega la realidad.
- No criminaliza.
- No expulsa.
- No medicaliza automáticamente el malestar.

CONSTRUYE COMUNIDAD DE CUIDADO.

Ambas estrategias son complementarias. La prevención fortalece el futuro. La RRD cuida en el presente.

CUIDAR ANTES Y CUIDAR DURANTE ES UNA DECISIÓN PEDAGÓGICA, ÉTICA Y POLÍTICA.

LA ESCUELA PRIMARIA ES UN TERRITORIO CLAVE PARA CONSTRUIR COMUNIDADES QUE ACOMPAÑEN, INCLUYAN Y PROTEJAN.

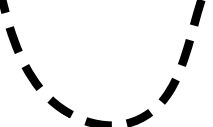
¿Cómo se traduce el enfoque de cuidado en la escuela?

La Reducción de Riesgos y Daños en la educación primaria no implica hablar directamente de consumos, sino construir condiciones de cuidado que fortalezcan factores protectores y reduzcan vulnerabilidades.

Se trata de prácticas cotidianas, sostenidas y coherentes.

✓ Incorporar el cuidado como política institucional

Incluir el paradigma de la pedagogía del cuidado, prevención y Reducción de Riesgos y Daños en el Proyecto Educativo Institucional (PEI) y en los acuerdos de convivencia permite que las acciones no dependan de iniciativas individuales, sino que se sostengan colectivamente.



✓ **Revisar normas, acuerdos y guías institucionales con enfoque pedagógico**
Las respuestas institucionales deben priorizar el acompañamiento antes que la sanción. Diseñar acuerdos adecuados a la edad fortalece la corresponsabilidad y reduce procesos de exclusión.

Este enfoque se encuentra en línea con los principios de la Ley 26.657 y la Ley 26.061.

✓ **Garantizar adultos referentes de cuidado**

Que cada niña o niño pueda identificar al menos un adulto disponible y confiable dentro de la institución es un factor protector clave.

La presencia adulta reduce la sensación de desamparo y fortalece los vínculos.

✓ **Organizar rutinas que brinden seguridad**

Horarios claros, momentos de juego, espacios de descanso y actividades expresivas aportan previsibilidad y regulación emocional.

La organización cotidiana también es una práctica de cuidado.

✓ **Habilitar espacios de expresión**

El juego, el arte y la palabra permiten tramitar emociones y tensiones propias de la infancia. Estos espacios funcionan como estrategias preventivas frente a conductas de riesgo.

✓ **Registrar sin etiquetar**

Observar cambios sostenidos en la conducta o en los vínculos, sin rotular ni diagnosticar, permite intervenciones tempranas y respetuosas. El registro pedagógico es una herramienta de prevención cuando se utiliza desde una perspectiva de derechos.

✓ **Activar redes de cuidado**

Ante situaciones de vulnerabilidad, es fundamental evitar la exposición pública y articular con:

- Equipos de orientación escolar
- Servicios de salud
- Organismos de protección de derechos

La corresponsabilidad fortalece las redes de protección.

✓ **Acompañar a las familias**

Trabajar con las familias desde el diálogo y el cuidado, evitando discursos moralizantes, refuerza el entramado protector en la infancia.

✓ **Mediar el uso de tecnologías**

Abordar los consumos digitales desde la conversación y la construcción de acuerdos institucionales favorece un vínculo más saludable con las pantallas y reduce riesgos asociados a la sobreexposición.

PROPUESTA PARA EL AULA

Las propuestas de taller⁽¹⁾ que a continuación se detallan, se presentan a modo de sugerencia para abordar los contenidos teóricos desarrollados en el presente cuadernillo. El/la docente podrá seleccionar la o las actividad/es o realizar/producir/elaborar otra/s con el fin de llegar con el contenido abordado y/o cumplir con el propósito.

A medida que las y los estudiantes participan de las actividades y responden a las consignas, el o la docente podrá retomar y reforzar los conceptos trabajados, promoviendo espacios de reflexión y diálogo. Es importante señalar que los siguientes talleres sugeridos, también pueden funcionar como instancias de introducción o preparación para las dinámicas lúdicas que se desarrollarán en los cuadernillos N° 6 y N° 7.

Taller: Cosas que nos cuidan y cosas que nos ponen en riesgo

Propósito

Favorecer la reflexión sobre los factores de protección y de riesgo presentes en la vida cotidiana, promoviendo la construcción de prácticas de cuidado y la identificación de recursos de apoyo ante situaciones que generan malestar.

Desarrollo

Se explica que en nuestra vida hay cosas que nos ayudan a crecer y desarrollarnos de manera saludable, y otras que pueden generar situaciones de riesgo o afectar nuestro bienestar. A su vez, se recupera la idea de que todas las emociones son válidas y necesarias, ya que nos permiten comprender lo que nos sucede, expresar necesidades y construir nuevos aprendizajes.

Previo a esto se pegan 2 afiches en la pared o pizarrón, uno que tenga escrito "Factores de riesgo" y el otro "Factores de protección"

Dividir la clase en pequeños grupos de 4 o 5 estudiantes.

Cada grupo recibe 3 o 4 tarjetas⁽²⁾ con situaciones que deberán clasificar.

Tarjetas, ejemplos:

- Dormir lo suficiente
- Hablar con un adulto cuando algo preocupa.

1. Las propuestas se presentan bajo la modalidad de taller, entendida como un espacio de participación activa, diálogo, intercambio, construcción colectiva y reflexión sobre las experiencias. Los fundamentos pedagógicos de esta elección metodológica se encuentran desarrollados en el Cuadernillo de Presentación.

2. Se sugiere diversificar las tarjetas utilizando imágenes, pictogramas o lectura accesible para garantizar que todos los/as estudiantes puedan comprender el desafío y participar de forma autónoma.

- Pasar muchas horas con el celular sin descanso
- Jugar con amigos
- Comer de forma variada
- Ser insultado o burlado en redes
- Practicar deportes
- Guardarse todo lo que sentimos

Los estudiantes deben decidir en qué cartel colocar cada tarjeta.

Los estudiantes deben decidir en qué cartel colocar cada tarjeta.

CIERRE ⁽³⁾

Se pregunta:

- ¿Qué cosas nos ayudan a cuidarnos?
- ¿Qué podemos hacer cuando algo nos hace sentir mal?

Se puede finalizar con una reflexión: "Cuidarnos significa tomar decisiones que nos ayuden a sentirnos bien y buscar ayuda cuando algo nos preocupa."

Taller: "¿Qué podemos hacer?"

Propósito

Reflexionar sobre situaciones cotidianas que pueden generar preocupación, malestar o dificultades, y promover la importancia de pedir ayuda y construir respuestas de cuidado junto a otras personas.

Primer momento: Introducción

Se inicia con una conversación breve con el grupo.

Puede preguntar:

- ¿Qué hacemos cuando algo nos preocupa o nos hace sentir mal?
- ¿Siempre podemos resolver los problemas solos?
- ¿Por qué a veces es importante pedir ayuda?

La intención es abrir el debate y la idea de que los problemas se pueden hablar y compartir, y que buscar ayuda también es una forma de cuidarse.

Se explica: "Ahora vamos a trabajar con algunas situaciones que pueden pasar en la vida de niñas y niños. Vamos a pensar juntos qué podría hacerse en cada caso."

Segundo momento: Pensamos en grupo

Dividir la clase en pequeños grupos de 4 o 5 estudiantes.

Cada grupo recibe una o dos tarjetas ⁽⁴⁾ con una situación para leer y analizar.

Ejemplos de situaciones:

- Un niño se queda jugando con el celular hasta muy tarde y al día siguiente está muy cansado en la escuela.
- Una niña ve comentarios burlones sobre un compañero en un grupo de mensajes.

3. Los cierres propuestos en cada uno de los talleres buscan generar instancias de reflexión y construcción colectiva que puedan constituirse en insumos para futuras actividades. Los intercambios, acuerdos, producciones y registros que surjan de estas preguntas podrán recuperarse y resignificarse a lo largo del proceso pedagógico, según los criterios de cada docente y las particularidades del grupo.

4. Se sugiere diversificar las tarjetas utilizando imágenes, pictogramas o lectura accesible para garantizar que todos los/as estudiantes puedan comprender el desafío y participar de forma autónoma en sus duplas.

- Un estudiante está triste porque en su casa hay muchas discusiones.
- Un niño pasa mucho tiempo solo jugando con videojuegos y casi no comparte momentos con amigos.
- Una niña se siente preocupada por algo que le pasó pero no sabe con quién hablar.

Cada grupo conversa y responde:

- ¿Qué está pasando en la situación?
- ¿Cómo podría sentirse el niño o la niña?
- ¿Qué podría ayudar en este caso?
- ¿A quién podría pedir ayuda?

Tercer momento: Compartimos ideas

Cada grupo comparte con la clase la situación que analizó y las ideas que surgieron.

Se puede acompañar con preguntas como:

- ¿Qué soluciones pensaron?
- ¿A quién se podría acudir para pedir ayuda?
- ¿Por qué es importante hablar cuando algo nos preocupa?

La idea es recuperar distintas formas de cuidado:

- hablar con un adulto
- pedir ayuda
- acompañar a un compañero
- poner límites al tiempo con pantallas
- buscar espacios de juego o encuentro

Cuarto momento: Construimos acuerdos de cuidado

El/la docente recupera lo trabajado y explica:

En la vida pueden aparecer situaciones difíciles o preocupaciones. Cuidarnos también significa poder hablar de lo que sentimos, pedir ayuda y acompañarnos entre todos.

Se puede escribir en el pizarrón algunas ideas que surgieron del grupo, por ejemplo:

- Pedir ayuda es importante.
- Hablar de lo que sentimos ayuda a encontrar soluciones.
- Los adultos de la escuela y la familia pueden acompañarnos.
- Entre compañeros también podemos cuidarnos.

Cierre

El/la docente puede cerrar preguntando:

- ¿Con qué personas adultas de la escuela sienten que pueden hablar si algo les preocupa?
- ¿Por qué es importante no quedarse solo cuando algo nos hace sentir mal?

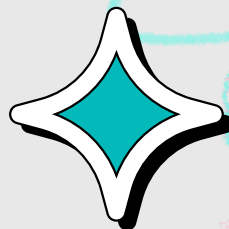
Se refuerza la idea central: Pedir ayuda, hablar de lo que sentimos y acompañarnos entre todos son formas de cuidarnos.



REFERENCIAS

- Consejo Federal de Educación. (2015). Resolución CFE N.º 256/15. Lineamientos para la inclusión educativa de estudiantes en situación de consumo problemático de sustancias psicoactivas. Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/resolucion-cfe-256-15.pdf>
- Consejo Provincial de Educación de Río Negro. Resolución N.º 3438/11.
- Consejo Provincial de Educación de Río Negro. Resolución N.º 803/16.
- Damin, C. y Arrieta, M. (2017). Reducción de riesgos y daños: enfoques y debates.
- Di Iorio, J., & Touzé, G. (2025). "Lineamientos para intervenciones integrales de los consumos problemáticos de la Provincia de Río Negro". Viedma: Ministerio de Salud de Río Negro.
- SEDRONAR (2022). Guía de orientaciones escolares.
- Junta Nacional de Drogas. (2012). "Políticas de reducción de daños en América Latina". Montevideo: JND.
- Tonucci, F. (2009). La escuela como espacio de participación infantil. Barcelona: Graó.
- Touzé, G. (2006; 2010). Prevención, reducción de daños y derechos humanos.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2019). Prevención del consumo de sustancias psicoactivas en el ámbito escolar. Washington, D.C





=



Ministerio de Salud
Abordaje Integral de
Consumos Problemáticos



CUIDADO



COMUNIDAD



DIALOGO



DERECHOS



BIENESTAR