

Volumen 10 número 2; 2025

Ciencia y Deporte



Artículo original

*Programa de actividades físico-recreativas para adolescentes alcohólicos en
la clase de Educación Física*

[*Physical and recreational activities program for alcoholic adolescents in Physical Education
class*]

[*Programa de atividade físico-recreativa para adolescentes alcoolistasem aula de Educação
Física*]

Giovannys Pozo Herrera^{1*} , Yoel Ortiz Fernández¹ , Asdrubal Landrove Infante¹ 

¹Universidad de Holguín. Holguín, Cuba

*Autor para la correspondencia: alandrove@uho.edu.cu

Recibido: 28/02/2025.

Aceptado: 07/06/2025

RESUMEN

Introducción: En el programa de actividades físico-recreativas para la incorporación de los adolescentes alcohólicos a las clases de Educación Física se asume una concepción metodológica desde la vinculación de los enfoques cuantitativos y cualitativos.

Objetivo: implementar un programa de actividades físicas recreativas que contribuirán a la incorporación de los mismos a las clases de Educación Física y como un medio para poder eliminar o disminuir la ingestión de bebidas alcohólicas.

Materiales y métodos: dentro de los métodos teóricos, el analítico-sintético, el sistémico-estructural-funcional, el histórico-lógico y el inductivo-deductivo y métodos empíricos como la observación, la entrevista, la encuesta y el experimento que facilitaron el estudio de los antecedentes y criterios teóricos acerca de los enfoques actuales de este problema en los adolescentes.

Resultados: la realización de un diagnóstico de necesidades que facilitó la concepción del programa sobre una base científica, en su estructura se consolidó en etapas y acciones con las vías de control, lo cual permitió una organización lógica y coherente en el uso adecuado de las actividades físico recreativas dentro de la clase de Educación Física por los adolescentes.

Conclusiones: se constató una mejor incorporación de los adolescentes alcohólicos a las clases de Educación Física.

Palabras clave: Educación Física, adolescentes, alcohólicos y actividades físicas recreativas

ABSTRACT

Introduction: The physical and recreational activities program for the inclusion of alcoholic adolescents in physical education classes adopts a methodological approach that combines quantitative and qualitative approaches.

Objective: To implement a physical and recreational activities program that will contribute to their inclusion in physical education classes and as a means to eliminate or reduce alcohol consumption.

Materials and methods: Theoretical methods include analytical-synthetic, systemic-structural-functional, historical-logical, and inductive-deductive approaches. Empirical methods such as observation, interviews, surveys, and experiments facilitated the study

of the background and theoretical criteria regarding current approaches to this problem among adolescents.

Results: A needs assessment facilitated the scientific design of the program. Its structure was consolidated into stages and actions with control mechanisms, allowing for a logical and coherent organizational structure in the appropriate use of physical and recreational activities within the adolescent physical education class.

Conclusions: Improved participation of adolescents with alcoholism in physical education classes was observed.

Keywords: Physical Education, adolescents with alcoholism, and physical and recreational activities

RESUMO

Introdução: O programa de atividades físicas e recreativas para a inclusão de adolescentes alcoolistas nas aulas de educação física adota uma abordagem metodológica que combina abordagens quantitativas e qualitativas.

Objetivo: Implementar um programa de atividades físicas e recreativas que contribua para a inclusão de adolescentes alcoolistas nas aulas de educação física e como meio para eliminar ou reduzir o consumo de álcool.

Materiais e métodos: Os métodos teóricos incluem abordagens analítico-sintéticas, sistêmico-estruturais-funcionais, histórico-lógicas e indutivas-dedutivas. Métodos empíricos, como observação, entrevistas, questionários e experimentos, facilitaram o estudo dos antecedentes e critérios teóricos em relação às abordagens atuais para esse problema entre adolescentes.

Resultados: Uma avaliação de necessidades facilitou o delineamento científico do programa. Sua estrutura foi consolidada em etapas e ações com mecanismos de controle, permitindo uma estrutura organizacional lógica e coerente no uso adequado de atividades físicas e recreativas nas aulas de educação física para adolescentes.

Conclusões: Observou-se melhora na participação de adolescentes com alcoolismo nas aulas de educação física.

Palavras-chave: Educação Física, adolescentes com alcoolismo e atividades físicas e recreativas

INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, una de las causas del deterioro de la salud de la población por el uso del alcohol es una preocupación gubernamental, constituyéndose en uno de los principales problemas de la salud mental, social y física. Estas derivaciones negativas provocan el deterioro progresivo de las personas, y en especial en los adolescentes y jóvenes en todas las sociedades. Por eso muchos estados trabajan en la educación y prevención de este flagelo, del cual no están exentos los individuos que son influidos, de forma contante, por la propaganda que recibe el alcohol.

Al respecto, De la Rosa *et al.*, (2019) encontraron en una investigación realizada en la provincia Granma, un predominio del grupo etario de 15 a 19 años, lo cual coincide con la presente investigación. Por su parte, Macías *et al.*, (2020) en Ecuador tuvieron resultados diferentes, allí predominaron los adolescentes entre 11 y 14 años. A pesar de que el consumo de alcohol se evidencia cada vez más en edades menores, este comportamiento predomina en la segunda etapa de la adolescencia (Mora 2019 y Cabanillas 2022). Por su parte, Blázquez *et al.*, (2022) reportaron un mayor porcentaje de consumo de ambas drogas en el grupo de edad de 14 a 16 años; y mencionaron que el consumo de alcohol es ligeramente mayor en las mujeres.

Además, Martínez *et al.* (2020) realizaron un estudio con el propósito de identificar las circunstancias de riesgo de consumo de alcohol y las estrategias para enfrentar exitosamente una recaída o el consumo abusivo en un grupo de adolescentes que terminaron un programa de intervención breve; en sus resultados mostraron que la mayoría de los participantes (24,7 %) presentaron conocimientos inadecuados, los cuales se modificaron después de la intervención, similar a los presentes hallazgos.

El consumo de alcohol es uno de los problemas de salud pública más importantes de nuestro tiempo en todo el mundo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2018), lo señala como un importante factor de riesgo de enfermedades hepáticas, cardiovasculares, diversos tipos de cáncer, anemia, enfermedades de transmisión sexual, funcionamiento sexual, y además es la primera causa de traumatismos por lesión, depresión, trastornos neuropsiquiátricos y malnutrición. Los datos señalan que unos 2,300 millones de personas en el mundo son bebedores y, además, que el uso nocivo de alcohol es responsable de tres millones de muertes (el 5.3%) al año en el mundo.

A nivel mundial, cada año se incrementa el número de pobladores que ingieren de forma habitual bebidas alcohólicas. Las causas que los motivan son diversas, tales como: predominio de bajo nivel cultural, familias disfuncionales, falta de opciones recreativas y culturales, divorcios, violencia doméstica, pérdida de estimación al bebedor, situaciones judiciales y predelictivas, entre otras; de ahí la necesidad de que todos los factores comunitarios contribuyan con su accionar educativo.

La actividad física recreativa no solo fortalece el cuerpo, sino también la mente. Conozca cómo las actividades físicas recreativas se convierten en una herramienta poderosa para prevenir el consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias psicoactivas y además apoya el bienestar emocional. La edad de inicio en el consumo de alcohol varía mucho a nivel internacional, situándose entre los 11 y los 15 años dependiendo de los países. En España, el 30.1% de los jóvenes que han probado el alcohol, lo ha hecho a los 13 años o incluso antes. Moreno *et. al* (2022).

Según World Health Organization (WHO) (2014) y Díaz (2018) el uso y abuso de alcohol, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), es parte de la agenda de salud de los gobiernos; en virtud de que es un factor causal de más de 200 enfermedades y lesiones. Además, se asocia al riesgo de padecer enfermedades mentales y del comportamiento, incluyendo la dependencia al alcohol, enfermedades no transmisibles como las cardiovasculares, cirrosis hepática, algunos tipos de neoplasias, y traumatismos derivados de violencia y accidentes de tránsito. Se considera además un problema de salud pública de gran trascendencia social, ya que se calcula que ocurren

cada año 320 mil defunciones de adolescentes con edades de 15 y 29 años en el mundo por causa del consumo de alcohol.

Al realizar actividades recreativas, conlleva mucho aporte hacia todas las edades, pero en la presente investigación se va a centrar en los adolescentes que consumen alcohol y en que utilizan el tiempo libre y la necesidad de realizar actividades físicas recreativas para poder disminuir el consumo de alcohol.

El aprendizaje que se tiene al disfrutar de dichas actividades en el tiempo libre, es de suma importancia, ya que pueden mantenerse motivados, debido a que evita caer en el sedentarismo y sus enfermedades como la obesidad, estrés, hiperactividad. Debido a que se mantiene en constante movimiento, lo que produce un gasto energético lo cual disminuye el sobrepeso, favorece a los sistemas cardiovasculares y respiratorios, citando a los autores Zambrano y Mateo, (2021) donde afirman que “Por su gran impacto en la infancia, es necesario enfatizar que los juegos educativos juegan un papel importante en el proceso de enseñanza, y los estudiantes pueden enfrentar mejor las dificultades académicas o deportivas para adaptarse al entorno”.

Se coincide con Díaz *et al.* (2023) cuando expresa que la recreación implica un universo sensible lleno de complejidades y soluciones que exige una sistemática labor, matizada por el ejercicio de la creatividad, sobre la base de actividades novedosas, caracterizadas por su diversidad y orientación educativa, desde el diseño y la puesta en práctica de propuestas que estimulen la participación de los sujetos, como principales protagonistas de este proceso. (Noslen 2019 y Martínez, *et. al.*, 2022)

Por ello radica la importancia de realizar actividades físicas recreativas desde las edades tempranas para que en su adolescencia las siga practicando de manera espontánea. “Educar en el tiempo libre, es aprovechar el tiempo libre como marco de alguna actividad educativa. Esta puede ser una actividad propia de la recreación o no, puede estar encaminada a formar a la persona” (Machado *et. al.* 2018). Con la investigación se determinan los beneficios que tienen las actividades físicas recreativas para el uso del tiempo libre en los adolescentes alcohólicos.

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación se apoya en el proyecto: El perfeccionamiento de la Educación Física, la recreación y el deporte para todos en la provincia de Holguín.

Desde un enfoque dialéctico-materialista de la concepción marxista sobre el consumo de alcohol en los adolescentes, fueron utilizados métodos como:

Inductivo – deductivo: permitió hacer inferencias y generalizaciones de la importancia de la práctica de actividades físicas recreativas en los adolescentes alcohólicos. Observación científica participante: en la realización de la encuesta para observar manifestaciones de los adolescentes. Encuesta: Se aplicó a los adolescentes de la comunidad en función de valorar el estado actual de los mismos en las prácticas de actividades físicas recreativas. Entrevista: permitió a los autores recopilar información pertinente de especialistas y actores involucrados en el proceso investigado. Métodos matemático-estadísticos: permitió el procesamiento de la información obtenida a través de los métodos y técnicas del nivel empírico.

Para el diagnóstico inicial se tuvieron en cuenta los siguientes pasos metodológicos:

- Determinación de los indicadores para valorar el estado inicial de los adolescentes a la práctica de actividades físicas recreativas en la comunidad.

Selección de los instrumentos, técnicas y métodos que permitan la información pertinente sobre el estado del consumo de alcohol en los adolescentes, los problemas y necesidades de cada adolescente.

- Elaboración o adecuación de los instrumentos, técnicas y métodos en correspondencia con las particularidades de los adolescentes y el conocimiento del profesor de actividad física comunitaria que trabaja en esta área.
- Aplicación del diagnóstico inicial.
- Procesamiento de la información obtenida.
- Integración e interpretación de los resultados obtenidos.

- Caracterización individual y colectiva de los adolescentes que consumen alcohol en la comunidad.

En la realización del diagnóstico participaron los adolescentes que consumen alcohol y los profesores de actividad física comunitaria la misma se realizó en los CDR 7 de la comunidad el Tanque de una población de 26 adolescentes alcohólicos comprendidos entre las edades 17 y 20 años de edad, fueron seleccionados como muestra 16 adolescentes de forma intencional, lo que representa el 61,53 %, de ellos 10 del sexo masculino para un 66,5 % y 6 del sexo femenino para un 37,5 %.

Para la investigación se tuvieron en cuenta los siguientes indicadores de inclusión:

- La disposición de incorporarse al programa de actividades físicas recreativas.
- Disposición para contribuir al desarrollo de las actividades propuestas.
- Edad comprendida entre 17 a 20 años.
- Disposición para participar en cualquier momento y lugar.
- Ajustarse a las exigencias del programa.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El alcohol es una sustancia que afecta a todo el organismo. El sexo, la edad y las características biológicas del consumidor determinan el grado de riesgo al que se exponen cuando se consumen.

Las evidencias demuestran que el consumo de alcohol representa uno de los problemas más importantes de salud entre la población adolescente; sin embargo, para que ocurra la ingestión, debe haber una serie de motivos que lleven a esa conducta. El alcoholismo tiene una etiología multicausal, en tanto que en él parecen influir factores como: la disfuncionalidad familiar, patrones educativos inadecuados, la presencia de conflictos psicológicos, limitaciones en el desarrollo personal, la falta de información sobre sus

riesgos y consecuencias, así como la propia representación social que los jóvenes tienen sobre este problema de salud.

Resultados del diagnóstico aplicado

Las insuficiencias que se encontraron están relacionadas con el comportamiento, deserción escolar, integración de los jóvenes a la comunidad y problemas familiares.

a) Magnitud, estructura y contenido del tiempo libre:

Un instrumento de gran valor durante el proceso de diagnóstico resultó el estudio del presupuesto de tiempo, a partir de un pilotaje de las principales actividades autorregistradas por los adolescentes que consumen alcohol, apreciándose que un 39,58 % del presupuesto de tiempo es dedicado a la adicción.

Se comprobó que el tiempo libre de los de los jóvenes en la comunidad lo ocupan compartiendo con otros jóvenes y adultos, consumiendo bebidas alcohólicas, el juego y otras actividades que no le benefician la ocupación sana del tiempo libre (Tabla 1).

Tabla 1. – Tabla 1. Tendencias del presupuesto de tiempo

NO	Actividades que realizan en su tiempo libre	Horas de empleo	%
1	Actividades de sueño y alimentación	5,5	22,91
2	Deambular por la calle	3,5	14,58
3	Actividades deportivas	2,0	8,33
4	Actividades recreativas	2,0	8,33
5	Cuidar de familiares	1,5	6,25
6	Ingerir bebidas alcohólicas	9,5	39,58
	TOTALES	24 HORAS	99,98 %

De una población de 24 pacientes de la Circunscripción 117 del Consejo Popular Centro Ciudad Norte de Holguín, se toma una muestra de forma intencional de 16 adolescentes alcohólicos, por ser estos los que poseen plena conciencia de su enfermedad, de la necesidad de recibir ayuda y están autorizados por su médico para participar en actividades recreativas. Los mismos poseen una edad promedio de 17 años, sexo masculino, con un nivel de escolaridad de enseñanza media y un tiempo de consumo de alcohol de hasta de tres años, con una caracterización psicológica de bajo estado de ánimo, pesimismo y falta de autodominio.

Con el objetivo de diagnosticar la preparación que poseen los adolescentes alcohólicos para incidir en su calidad de vida a través de actividades física recreativas y precisar el problema de la investigación y sus manifestaciones, fueron seleccionados y aplicados instrumentos de investigación empírica, que permiten obtener la información deseada, determinación de las regularidades, y los indicadores para determinar el nivel de preparación.

Se realizó un taller de preguntas y respuestas donde estuvieron los adolescentes de la muestra de investigación a fin de determinar los conocimientos y aspectos de naturaleza afectiva y volitiva que poseen para favorecer la recuperación a través de actividades recreativas. Para la valoración del conocimiento que poseen los sujetos, se establecen como categorías: bueno, regular y pobre, obteniendo como resultado los siguientes después de aplicados los diferentes métodos:

En la pregunta 1, respecto a los conocimientos de los daños causados por la enfermedad:

Poseen conocimientos buenos (2) adolescentes, pues reconocen los procesos que tienen lugar en su organismo como consecuencia de la enfermedad que padecen y lo expresan haciendo referencia a las evoluciones negativas en los sistemas cardiovascular, nervioso, circulatorio, y motor. Posen conocimientos evaluados de regular (4) adolescentes que declaran algunos conocimientos y lo expresan en términos como daños en los sistemas, falta de aire, pérdida de peso corporal, (8) sujetos poseen conocimientos pobres, pues

solo se refieren a algunos síntomas como mareos, deseos de vomitar y dolor de cabeza. Los restantes adolescentes (2) no responden.

Al valorar la segunda interrogante que tiene como objetivo conocer el conocimiento e importancia que para adolescentes poseen las actividades recreativas conocimientos se apreció que en (7) adolescentes son buenos al reconocer en las actividades físicas recreativas mejoría en su estado físico en cuanto a la fuerza y destreza, aumenta la resistencia del organismo cinco (5) adolescentes poseen conocimientos regulares sobre la importancia que tienen estas actividades por último los cuatro (4) restantes adolescentes no respondieron.

En cuanto a la motivación para su participación en actividades físicas recreativas, se aprecian buena motivación en (12) adolescentes que expresan que si desean hacerlo y dos (2) adolescente motivación es regular, ya que expresan que algunas veces participarían y pobre uno (2) adolescentes expresan que no desea participar.

En cuanto a las actividades recomendadas en orden de prioridad, ellos prefieren paseos, intercambio con otras comunidades, caminatas, bailes y juegos pasivos.

El comportamiento de los indicadores cognitivos solo el 26% tiene buenos conocimientos y el 30%, sus conocimientos son regulares y el 64% tiene conocimientos pobres. El indicador afectivo de forma general se expresa solo en el 36% que tienen buena o regular motivación, en el resto de los adolescentes es pobre en cuanto a lo afectivo.

El análisis de los datos obtenidos en el diagnóstico inicial permite concluir que los adolescentes tienen pobres conocimientos e importancia de las actividades físicas recreativas con un enfoque educativo para incidir en su calidad de vida y disminuir el consumo de bebidas alcohólicas. No hacen alusión a este como un medio para ocupar su tiempo libre, combatir el estrés, incidir en su salud, compartir con otras personas.

Estas regularidades confirman la necesidad de un programa de actividades físicas recreativas con un enfoque educativo para incidir en la calidad de vida de los adolescentes de la Circunscripción 117 del Consejo Popular Centro Ciudad Norte de Holguín.

La propuesta del programa, teniendo en cuenta las características de los adolescentes enfermos, se realiza el diagnóstico médico en la que se describe y explica los problemas con el fin de comprenderlo, basado en el principio de “comprender para resolver”. Se parte desde los fenómenos hasta la esencia, relacionándose las situaciones más generales y transitando por el proceso ordenado de investigación, el cual se realiza en dos etapas (Figura 1).

Primera etapa: Desintoxicación, enmarcada en un período de cinco meses.

Segunda etapa: Deshabituación, comprendida en el período de cinco meses.

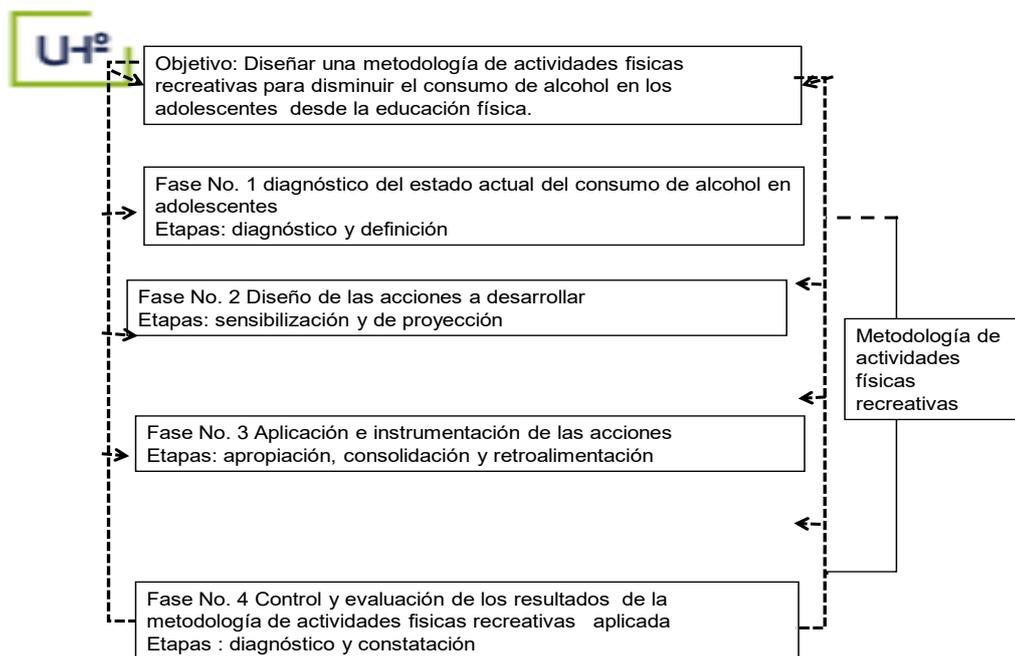


Fig. 1.- Propuesta del programa teniendo en cuenta las características de los adolescentes enfermos

Primera fase

En el caso particular de la muestra estudiada, se encuentra ubicada en ambas etapas, dentro de las cuales asumen criterios específicos tanto desde el punto de vista conductual, como psicológico, cuestiones que de forma puntual se declaran a continuación:

Se aprecia una fase del padecimiento de los alcohólicos investigados que es denominado como, crucial o crítica, la cual trae consigo una pérdida de control, de racionalizaciones, neutralización de presiones sociales, comportamiento fanfarrón, conducta agresiva, remordimientos persistentes, período de abstinencia completa, alejamiento de amigos, renuncia a empleos, la bebida se convierte en el centro de las actividades.

De la misma manera, tiene pérdida de intereses externos, cambio en la interpretación de las relaciones interpersonales, compasión por sí mismo, escape geográfico (esconderse, fugarse), cambio en hábitos familiares, resentimientos, protección al abastecimiento de alcohol, desnutrición, primera hospitalización, disminución del apetito sexual, beber en ayunas.

Esta fase, la de evaluación, es fundamental dentro del proceso, pues un diagnóstico incorrecto desemboca a un tratamiento y manejo inadecuado, por lo que de esta etapa depende el éxito del trabajo. Resulta facilitado por gestiones previas de otros facultativos, sobre todo del médico y de los integrantes del grupo comunitario. El contrato o convenio con el paciente clarifica las posibilidades del equipo y del usuario, representa además la primera fase del establecimiento de compromisos para involucrarse en el programa.

- Valoración.
- Tratamiento médico del paciente.
- Tratamiento Psicológico.
- Tratamiento por parte del especialista de la Cultura Física.

El diagnóstico factográfico perceptual y clínico evidencia la necesidad de la puesta en marcha del programa para incidir en la calidad de vida de los adolescentes alcohólicos de la circunscripción 117 de Consejo Popular Centro Ciudad Norte.

- a) Intereses y necesidades recreativas.
- b) Infraestructura recreativa.
- c) Características del medio físico geográfico.
- d) Oferta recreativa existente.

Fase 2. Diseño

Objetivo:

Contribuir a incidir en la calidad de vida y el conocimiento de la importancia de la práctica de actividades físicas recreativas en los jóvenes de la comunidad, el Tanque Centro Ciudad Norte.

Actividad 1.

Nombre: Turismo deportivo en contacto con la naturaleza.

Tiempo de duración: 4 horas.

Objetivos:

- Recibir educación ambiental.
- Fomentar las relaciones interpersonales.
- Elevar la autoestima.

Número de activistas: 1

Modalidad: grupo.

Descripción de la actividad: Consiste en un circuito turístico: Centro Ciudad - Jardín Botánico: salida del Parque Infantil con recorrido de ciudad, visita a la Periquera como punto histórico y el museo de ciencias naturales, continuar hacia el jardín Botánico del Valle de Mayabe; recorrido del jardín. Incluye actividades recreativas luego del recorrido: competencia de bailes, juegos de mesas, tesoro escondido y charla educativa.

Materiales:

- Transporte (ómnibus).
- Juegos de mesa: Dominó, Parchís, Ajedrez.
- Equipo de música.
- Juegos recreativos.
- Premios.

Espacio Físico: Jardín Botánico.

Actividad 2.

Nombre: Conferencias de actualidad en temas de alcoholismo y drogadicción.

Tiempo de duración: 35 minutos.

Objetivos:

- Elevar su nivel.
- Fomentar las relaciones interpersonales.
- Elevar la autoestima.
- Emplear su tiempo libre.
- Conocer los daños que ocasiona el consumo de alcohol.

Número de activistas: 2

Modalidad: grupo.

Descripción de la actividad: organización de un grupo, clase, conferencia, debate, taller con el objetivo de darle a conocer los daños ocasionados por el sobre consumo de alcohol y otros tóxicos.

Materiales:

- Pancartas, pizarra y tiza.

Espacio Físico: Aula.

Variante: esta actividad puede vincularse a través de la alianza estratégica con el médico de la familia.

Observaciones:

- Coordinar previamente con salud.

Fase 3. Aplicación

Este programa se aplicará a partir del mes de junio del 2024 y hasta febrero del 2025 y se evaluará la marcha del mismo para posibles acciones de mejora en la comunidad.

Aspectos a tener en cuenta para la puesta en marcha del programa:

- Coordinar con los diferentes factores de la comunidad y el Inder para los recursos humanos y materiales mínimos que demandan las actividades recreativas propuestas.
- Ejecución de las actividades recreativas en los horarios de la mañana y la tarde en días alternos.
- Los diferentes factores de la comunidad promoverán y divulgarán las actividades recreativas del programa.
- Se realizará una evaluación parcial del programa en el mes de enero del 2025.

Fase 4. Evaluación

Para la constatación teórica del programa de actividades propuesto, se efectuó la consulta a especialistas, uno de los métodos más empleados desde el punto de vista cualimétrico para obtener estados de opinión confiables.

La evaluación del programa a partir de la aplicación del método del criterio de especialistas, en relación con las diferentes etapas del desarrollo del programa recreativo, así como para evaluar si es factible su aplicación en la circunscripción 117 del Consejo Popular Centro Ciudad Norte del municipio de Holguín, permitió asegurar que el programa y las actividades recreativas que lo componen son viables para su puesta en práctica.

Se consideraron, diferentes sugerencias y modificaciones señaladas por los especialistas, lo cual permitió perfeccionar la propuesta, su contenido y estructura.

Al evaluar el diseño del programa por parte de estos especialistas, cinco lo consideran medianamente relevante y dos lo consideran relevante. Para lograr introducirle mejoras, se les realizan las siguientes sugerencias:

- Debe explotar más las potencialidades de los juegos de mesas como actividad que ayuda a los procesos mentales
- La posibilidad de evaluaciones parciales para retroalimentar la marcha de las actividades y realizar acciones de mejora
- Las actividades diseñadas para los diferentes juegos tienen que tener uniformidad en su metodología, lo cual facilita su comprensión y descripción
- Deben valorarse sugerencias metodológicas que tengan en cuenta las características de los usuarios.

Se realiza un análisis de las recomendaciones y se determinan las mejoras, previa consulta con el tutor, las mismas se someten al criterio de los especialistas. Estos determinan que son pertinentes los cambios realizados al programa y sus actividades,

quedando aprobado el mismo para su puesta en práctica con las mejoras incorporadas al programa por el 100% de los especialistas.

CONCLUSIONES

Las carencias teóricas-metodológicas demuestran la existencia de limitaciones en la concepción y ejecución de un programa de actividades físicas recreativas para contribuir a la participación de los adolescentes que consumen alcohol a la clase de Educación Física desde un enfoque educativo, integral y contextualizado.

La realización de esta investigación permitió conocer el estado actual del problema en cuestión y las mayores dificultades están dados en hábitos inadecuados de los jóvenes.

Existen potencialidades en los adolescentes y profesores para alcanzar buenos resultados en la disminución del consumo de alcohol en las actividades a desarrollar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Blázquez-Morales, M. S. L., Pavón-León, P., Gogeochea-Trejo, M. del C., & Sustaeta, P. B. (2012). Consumo de alcohol y tabaco en adolescentes de secundaria del estado de Veracruz. *Revista Médica de la Universidad Veracruzana*, 12(1), 25-31.
<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=39642>
- Cabanillas-Rojas, W. (2020). Consumo de alcohol y género en la población adolescente escolarizada del Perú: Evolución y retos de intervención. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(1), 148-154.
<https://doi.org/10.17843/rpmesp.2020.371.5151>

- De la Rosa Santana JD, López Wilson A, Rondón Costa LA, Sánchez de la Torre D, Santana Martínez M. (2019). Intervención educativa sobre alcoholismo en adolescentes. UnivMed Pinareña. <https://revgaleno.sld.cu/index.php/ump/article/view/362/htm>
- Díaz García, N. & Moral Jiménez, M.V. (2018). Consumo de alcohol y conducta anti social e impulsividad en adolescentes Españoles. Acta colombiana de Psicología, 21(2), <http://www.dx.doi.org/10.14718/ACP.2018.21.2.6>
- Díaz Rodríguez del Rey, C. R., Rodríguez Galindo, E. J., Sosa Loy, D. A., Gómez Anoceto, O., Hernández Hernández, N., & Rodríguez Díaz, R. (2023). Orientación educativa de la recreación física en la enseñanza artística en Villa Clara. Revista Conrado, 19(90), 408-420. Recuperado a partir de <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2916>
- Macías K, Vines MA, Mendoza IG, Briones NP, Mera FB. (2020) Intervención educativa para la prevención del alcoholismo en adolescentes en colegio ecuatoriano. RevCiencias Médicas de Pinar del Río (1) <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/4017>
- Machado, J., Domínguez, A., & Rodríguez, U. (2018). La Educación en y para el tiempo libre. Revista Cultura Física y Deportes de Guantánamo. 8(número especial) <https://dspace.uclv.edu.cu/server/api/core/bitstreams/d1ef988f-8ff7-488e-8e15-eee0862abbf5/content>
- Martínez KI, Pedroza FJ, Salazar ML, Vacío MA. (2020) Estrategias de enfrentamiento y número de recaídas en el proceso de cambio de adolescentes que abusan del alcohol. Revista Mexicana de Análisis de la Conducta, 40(3) <http://www.redalyc.org/pdf/593/59335812002.pdf>

- Martínez Torres, Y. M., Gamboa Navarro, Y., Matos Laffita, D., Santana Suarez, I., & Moreno González, A. (2022). Intervención educativa sobre alcoholismo en pobladores del policlínico "Fermín Valdés Domínguez", Baracoa. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 38(2), 9. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10020088>
- Mora, C. A., & Herrán, O. F. (2019). Prevalencia de consumo de alcohol y de alcoholismo en estudiantes universitarios de Villavicencio, Colombia. *Revista de la Facultad de Medicina*, 67(2), 225-233. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7090853>
- Moreno, C.; Ramos, P.; Rivera, F.; Sánchez-Queija, I.; Jiménez-Iglesias, A.; García-Moya, I.; Moreno-Maldonado, C.; Paniagua, C.; Villafuerte-Díaz, A.; Ciria-Barreiro, E.; Morgan, A.; Leal-López, E. (2022) La adolescencia en España: salud, bienestar, familia, vida académica y social. Ministerio de Sanidad y Consumo https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/entornosSaludables/escuela/estudioHBSC/2018/docs/HBSC2018_ResultadosEstudio.pdf
- Organización Mundial de la Salud, OMS (2014). *Global Status Report on Alcohol and Health*. Geneva: WHO https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/112736/9789240692763_eng.pdf;jsessionid=AEB99BB3949ACBE86EFF722312C11DD1?sequence=1
- Zambrano Moreira, F. E., & Mateo Sánchez, J. L. (2021). Juegos recreativos como propuesta pedagógica para mejorar la resistencia aeróbica. *Dominio De Las Ciencias*, 7(4), 336-355. <https://doi.org/10.23857/dc.v7i4.2096>

Conflicto de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Reconocimiento-No Comercial Compartir
igual 4.0 Internacional

Copyright (c) 2025 Giovannys Pozo Herrera, Yoel Ortiz Fernández, Asdrubal Landrove Infant¹