PROPUESTA INSTITUCIONAL PARA ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS



DECIDE

Programa inmersivo de prevención
del consumo de sustancias psicoactivas

QUE NADIE DECIDA POR TI.

Programa integral de prevención del consumo de sustancias psicoactivas y fortalecimiento de habilidades para la vida.

Gemini Notebook

"La prevención también consiste en preparar a niños, niñas y adolescentes para reconocer riesgos, valorar alternativas y tomar decisiones que protejan su bienestar."

U DECIDE es un programa integral de prevención del consumo de sustancias psicoactivas y fortalecimiento de habilidades para la vida, dirigido a niños, niñas y adolescentes entre los 8 y los 18 años.

La propuesta integra experiencias inmersivas e interactivas mediante gafas de realidad aumentada, espacios de sensibilización y reflexión, un componente testimonial y análisis de resultados para las instituciones educativas.

Su propósito es ir más allá de la transmisión de información sobre las sustancias psicoactivas y sus consecuencias, acercando a los estudiantes a situaciones relacionadas con sus entornos cotidianos, en las que puedan reconocer riesgos, explorar alternativas y poner en práctica habilidades para tomar decisiones conscientes y proteger su bienestar.

U DECIDE busca, además, proporcionar a las instituciones educativas información organizada sobre las respuestas y decisiones de los participantes durante la experiencia, como insumo para identificar aspectos que requieren fortalecimiento y orientar nuevas acciones de prevención y acompañamiento.

Gemini Notebook

2. ¿POR QUÉ ES NECESARIA UNA NUEVA FORMA DE PREVENIR?

El Contexto

Los niños, niñas y adolescentes crecen en contextos donde se encuentran expuestos a diferentes situaciones que pueden influir en sus decisiones y comportamientos. La curiosidad, la presión de grupo, el deseo de pertenecer, la necesidad de aceptación y la exposición a conductas de riesgo hacen parte de los desafíos que pueden presentarse en sus entornos familiares, escolares y sociales.

La Limitación

Frente a esta realidad, la prevención del consumo de sustancias psicoactivas no puede limitarse a transmitir información sobre los tipos de sustancias y sus posibles consecuencias. Aunque conocer estos aspectos es importante, también es necesario fortalecer las habilidades que permiten a los estudiantes reconocer situaciones de riesgo, evaluar alternativas, establecer límites, responder ante las presiones externas y buscar ayuda cuando lo necesiten.

El Requerimiento

La prevención requiere estrategias educativas que involucren activamente a los estudiantes y les permitan aproximarse a situaciones que pueden encontrar en su vida cotidiana. Explorar diferentes alternativas y reflexionar sobre las decisiones que toman constituye una oportunidad para fortalecer el autocuidado y la capacidad de responder de manera consciente ante circunstancias que puedan comprometer su bienestar.

La Solución

En este contexto surge U DECIDE, una propuesta que integra tecnologia, educación y reflexión para ofrecer una experiencia participativa, adaptada a las caracteristicas de cada etapa del desarrollo.

Gemini Notebook

3. ¿QUÉ ES U DECIDE?

U DECIDE es un programa educativo que utiliza gafas de realidad aumentada para presentar a los estudiantes escenarios y situaciones interactivas relacionadas con sus entornos cotidianos.



A través de estas experiencias, los participantes pueden explorar diferentes ambientes, reconocer situaciones de riesgo, interactuar con los elementos del escenario, evaluar alternativas y tomar decisiones. Cada situación está diseñada para generar reflexión sobre las consecuencias posibles de las elecciones y fortalecer habilidades relacionadas con el autocuidado y la toma de decisiones.

Gemini Notebook

Escenarios de la Vida Cotidiana



El colegio: situaciones relacionadas con compañeros, amistades, presión de grupo y exposición a conductas de riesgo.



El hogar: experiencias que permiten abordar la comunicación familiar, la confianza, la identificación de situaciones de riesgo y la búsqueda de apoyo.



El barrio: situaciones que pueden presentarse en espacios comunitarios y en la interacción con otras personas.



Los espacios de encuentro social: experiencias adaptadas a la edad de los participantes, en las que se abordan la influencia de otros, la toma de decisiones y el establecimiento de límites.

Los contenidos, personajes, diálogos y situaciones se adaptan a las características cognitivas, emocionales y sociales de cada grupo de edad. La experiencia tecnológica se complementa con espacios de sensibilización y reflexión, un componente testimonial y la elaboración de informes institucionales que reúnen información sobre las respuestas y decisiones de los participantes.

Gemini Notebook

4. OBJETIVOS

Objetivo general: Fortalecer en niños, niñas y adolescentes habilidades para la toma de decisiones conscientes, el autocuidado y la respuesta ante situaciones de riesgo **relacionadas con el consumo de sustancias psicoactivas, mediante una estrategia educativa integral que articula experiencias inmersivas e interactivas, espacios de sensibilización y reflexión, y análisis de resultados para orientar las acciones institucionales de prevención.**

1. Promover el reconocimiento de situaciones de riesgo

Favorecer la identificación de situaciones relacionadas con el consumo de sustancias psicoactivas en diferentes entornos cotidianos, así como de factores de presión e influencia que pueden incidir en las decisiones de niños, niñas y adolescentes.

2. Fortalecer habilidades para la toma de decisiones y el autocuidado

Propiciar la exploración de alternativas, el establecimiento de límites, la respuesta ante la presión externa y la búsqueda de ayuda en situaciones que puedan comprometer el bienestar.

3. Proporcionar información organizada a las instituciones educativas

Entregar información sobre las respuestas y decisiones de los participantes durante la experiencia, que permita identificar aspectos por fortalecer y orientar futuras acciones institucionales de prevención y acompañamiento.

Gemini Notebook



5. POBLACIÓN DESTINATARIA

U DECIDE está dirigido a instituciones educativas interesadas en fortalecer sus estrategias de prevención del consumo de sustancias psicoactivas y promoción del autocuidado.

El programa está diseñado para **niños,** niñas y adolescentes entre los **8 y los 18 años,** organizados en tres grupos de edad. Cada grupo cuenta con experiencias, escenarios, estenarios, situaciones, diálogos y contenidos adaptados a sus características y a los desafíos propios de su etapa de desarrollo.

Gemini Notebook

Grupo 1. De 8 a 11 años | Reconocer y protegerse	Grupo 2. De 12 a 14 años | Pensar y establecer límites	Grupo 3. De 15 a 18 años | Decidir con autonomía
✓ En esta etapa se busca favorecer el reconocimiento de situaciones que pueden representar riesgos para el bienestar, fortalecer el cuidado del cuerpo y promover la confianza para acudir a adultos que puedan brindar orientación y protección.	✓ Durante la adolescencia temprana adquieren especial relevancia la pertenencia al grupo, la aceptación social, la construcción de la identidad y la influencia de los pares. En esta etapa, la experiencia busca fortalecer la capdad de reconocer situaciones de presión, analizar alternativas y establecer límites personales.	✓ En esta etapa se busca **fortalecer la autonomía, el pensamiento crítico y la capacidad de tomar decisiones responsables frente a situaciones de mayor complejidad, especialmente aquellas relacionadas con la exposición al consumo en contextos sociales.**
✓ Los contenidos incluyen: ✓ Reconocimiento de situaciones de riesgo en los entornos cotidianos. ✓ Aproximación al cuidado del cuerpo y a los efectos básicos del alcohol, el tabaco y los vapeadores. ✓ Curiosidad e influencia de otras personas. ✓ Comunicación, confianza y acompañamiento familiar. ✓ Establecimiento de límites ante invitaciones o situaciones desconocidas. ✓ Identificación de adultos de confianza y búsqueda de ayuda. ✓ Reconocimiento de la importancia de no guardar secretos relacionados con situaciones que puedan poner en riesgo su seguridad.	✓ Los contenidos incluyen: ✓ Presión de grupo, pertenencia y necesidad de aceptación. ✓ Reconocimiento de situaciones de riesgo en los entornos escolar, familiar y social. ✓ Establecimiento de límites y respuestas ante invitaciones o presiones externas. ✓ Aproximación formativa a sustancias como alcohol, nicotina, vapeadores y cannabis, así como al uso inadecuado de medicamentos. ✓ Reconocimiento de posibles efectos sobre la salud, el bienestar y las relaciones interpersonales. ✓ Toma de decisiones conscientes y búsqueda de ayuda. ✓ Fortalecimiento del autocuidado y de las redes de apoyo.	✓ Los contenidos incluyen: ✓ Autonomía, pensamiento critico y toma de decisiones. ✓ Influencia social y situaciones de exposición en fiestas y espacios de encuentro. ✓ Reconocimiento de sustancias como alcohol, nicotina, cannabis, cocaína, basuco, inhalantes, medicamentos de uso inadecuado y otras sustancias emergentes. ✓ Comprensión de posibles efectos y riesgos para la salud física y mental. ✓ Reconocimiento de situaciones de riesgo en relaciones y contextos sociales. ✓ Prevención de accidentes y reconocimiento de señales de alerta. ✓ Identificación de redes de apoyo y búsqueda oportuna de ayuda. ✓ Reflexión sobre el proyecto de vida y las decisiones que pueden favorecerlo.

Los tres grupos cuentan con experiencias diferenciadas, de manera que los contenidos y situaciones correspondan a las características de desarrollo y a los contextos de los participantes.

Gemini Notebook

6. COMPONENTES DEL PROGRAMA

U DECIDE integra tres componentes que se complementan para desarrollar la experiencia educativa y aportar información útil a la institución.



6.1. Experiencia inmersiva e interactiva

Es el componente central de la propuesta. Mediante gafas de realidad aumentada, los estudiantes participan en escenarios diseñados de acuerdo con su grupo de edad y se aproximan a situaciones relacionadas con sus entornos cotidianos.

Durante la experiencia pueden explorar los ambientes, interactuar con diferentes elementos, reconocer situaciones de riesgo, evaluar alternativas y tomar decisiones.

Las situaciones permiten abordar habilidades como:	
• ✓ Reconocimiento de riesgos.	• ✓ Establecimiento de límites.
• ✓ Toma de decisiones.	• ✓ Respuesta ante la presión de grupo.
• ✓ Autocuidado.	• ✓ Búsqueda de ayuda y reconocimiento de adultos de confianza.

La experiencia está diseñada para que el estudiante participe activamente y reflexione sobre las decisiones que toma, en lugar de limitarse a recibir información.

Gemini Notebook

Component 2

6.2. Espacios de sensibilización y reflexión

Este componente complementa la experiencia tecnológica mediante un espacio de orientación y reflexión sobre la prevención del consumo de sustancias psicoactivas, el autocuidado y la toma de decisiones.

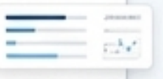
Se incluye un componente testimonial a cargo de una persona que ha vivido una experiencia de consumo problemático y ha recorrido un proceso de recuperación. Su participación permite acercar a los estudiantes a una perspectiva humana sobre esta realidad, favoreciendo la reflexión y evitando que la prevención se limite a una explicación teórica.

Estos espacios buscan reforzar los aprendizajes de la experiencia inmersiva y generar oportunidades para reconocer la importancia de las decisiones, las redes de apoyo y la búsqueda de ayuda.

Component 3

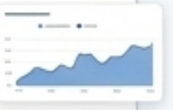
6.3. Análisis de resultados e informe institucional






A partir de las respuestas y decisiones registradas durante la experiencia, se organiza información que permite identificar tendencias y aspectos que pueden requerir mayor atención dentro de las estrategias institucionales de prevención.

La institución recibe un informe con información organizada sobre el desempeño de los participantes frente a las situaciones planteadas, incluyendo aspectos relacionados con:



- Reconocimiento de situaciones de riesgo.
- Respuestas ante la curiosidad y la socio.
- Respuestas ante la curiosidad y la presión externa.
- Identificación de alternativas de protección.
- Reconocimiento de adultos de confianza y búsqueda de ayuda.

Este informe constituye un insumo para los equipos institucionales de orientación y desarrollo humano, que podrán utilizarlo para reconocer aspectos por fortalecer y orientar nuevas acciones de prevención y acompañamiento.

⚠ Es importante precisar que los resultados de la experiencia no constituyen un diagnóstico psicológico ni clínico, tampoco permiten establecer por sí solos una clasificación individual de riesgo de consumo o dependencia. Su finalidad es aportar información educativa que contribuya a la reflexión y a la planeación institucional.

Gemini Notebook

7. RAFAEL: EL PERSONAJE GUÍA

Un compañero que acompaña, orienta y ayuda a reflexionar

Rafael es el personaje guía de U DECIDE. Su nombre está inspirado en San Rafael arcángel, quien, según el relato bíblico del libro de de Tobías, acompaña y orienta al joven durante su viaje.

Esta inspiración representa el sentido de su participación dentro del programa: ser una presencia cercana que acompaña a los estudiantes mientras exploran diferentes situaciones y toman decisiones.



Durante la experiencia, Rafael plantea preguntas, ofrece orientaciones y propone reflexiones relacionadas con las situaciones que encuentra el estudiante.

Sus intervenciones buscan ayudarlo a reconocer riesgos, considerar alternativas y comprender que sus decisiones tienen importancia.

El papel de Rafael consiste en acompañar el proceso de reflexión, favorecer el reconocimiento de las propias capacidades y recordar la importancia de buscar ayuda cuando sea necesario.

Gemini Notebook

8. APORTES PARA LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

U DECIDE busca aportar a las estrategias institucionales de prevención mediante una propuesta que combina participación, tecnología, reflexión e información organizada. Entre sus principales aportes se encuentran:



Una estrategia educativa participativa: permite que los estudiantes se aproximen activamente a situaciones relacionadas con la prevención del consumo de sustancias psicoactivas.



Experiencias adaptadas a la edad: ofrece contenidos y situaciones diferenciados para niños, niñas y adolescentes entre los 8 y los 18 años.



Fortalecimiento de habilidades para la vida: promueve el autocuidado, la toma de decisiones, el establecimiento de límites y la búsqueda de ayuda.



Sensibilización desde una perspectiva humana: incorpora espacios de reflexión y un componente testimonial que complementa la experiencia tecnológica.



Información para orientar acciones institucionales: entrega resultados organizados que pueden contribuir a identificar aspectos por fortalecer en las estrategias de prevención.

El programa se plantea como un recurso complementario a las acciones de prevención y acompañamiento que desarrolla cada institución. Los resultados podrán ser considerados por sus equipos de orientación y desarrollo humano para orientar nuevas intervenciones, de acuerdo con las necesidades identificadas y los protocolos institucionales.

Gemini Notebook

9. EQUIPO CREADOR Y DESARROLLO TECNOLÓGICO

U DECIDE nace de la unión entre la educación y la tecnología, a partir del interés compartido por desarrollar herramientas que contribuyan al bienestar y la formación de niños, niñas y adolescentes.

Somos un matrimonio y padres de tres hijos. Nuestras experiencias profesionales se complementan en el desarrollo de esta propuesta, integrando la perspectiva educativa y psicopedagógica con el desarrollo tecnológico.



Alejandra Valencia Montero

Psicóloga educativa | Magíster en Psicopedagogía

Lidera el componente pedagógico de U DECIDE, desde el diseño de los contenidos y las experiencias educativas hasta su adaptación a las características de cada etapa del desarrollo. Su trabajo integra la psicología educativa y la psicopedagogía con el fortalecimiento de habilidades para la vida, el autocuidado y la toma de decisiones.



Edwin Gómez Hernández

Ingeniero | Gerente de DatalbTechSystem

Lidera el componente tecnológico de U DECIDE y el desarrollo de las herramientas que hacen posible la experiencia de realidad aumentada.
El desarrollo a realidad aumentada. El desarrollo tecnológico del programa cuenta con el respaldo de DatalbTechSystem, empresa de desarrollo de software.

Dos miradas profesionales que se complementan y un propósito compartido: poner la educación y la tecnología al servicio de la prevención y del desarrollo de habilidades para la vida.

Gemini Notebook

U DECIDE
QUE NADIE DECIDA POR TI.

La prevención también consiste en preparar a niños, niñas y adolescentes para reconocer riesgos, valorar alternativas y tomar decisiones que protejan su bienestar.

Manizales, Caldas, Colombia egomez@datalabtechsystem.com +57 312 232 7042 www.datalabtechsystem.com
© 2026 Datalab
Gemini Notebook