

---

**Lic. Alejandra Inés Lacroze**

**Campaña de Prevención del Alcoholismo en Jóvenes**

**para**

**Clubs de Rugby**



*Campaña de Prevención del Alcoholismo en Jóvenes de [Alejandra Inés Lacroze](#) está bajo Licencia [Creative Commons Atribución-No Comercial-Compartir Obras Derivadas Igual 2.5 Argentina](#). Basada en trabajos en [www.prevencionalcohol.com](http://www.prevencionalcohol.com). Para obtener permisos más allá del alcance de esta licencia se debe consultar en [www.prevencionalcohol.com](http://www.prevencionalcohol.com).*

*Campaña de Prevención del Alcoholismo en Jóvenes by [Alejandra Inés Lacroze](#) is licensed under a [Creative Commons Atribución-No Comercial-Compartir Obras Derivadas Igual 2.5 Argentina License](#). Based on a work at [www.prevencionalcohol.com](http://www.prevencionalcohol.com). Permissions beyond the scope of this license may be available at [www.prevencionalcohol.com](http://www.prevencionalcohol.com).*

---



---

## **Contenido**

Contenido.....	2
Agradecimientos .....	3
Introducción .....	4
La propuesta .....	4
Objetivos .....	4
Enfoque propuesto.....	4
Criterios para la iniciativa .....	6
Plan de trabajo .....	8
Detalle de actividades .....	8
Fase 1: Presentación .....	8
Fase 2: Entrenamiento a líderes (Primera División, Head Coaches y Entrenadores).....	9
Fase 3: Entrenamiento a jugadores.....	9
Fase 4: Políticas y procesos .....	10
Fase 5: Sostenimiento .....	11
Facilitadores .....	11
Acerca de Alejandra Inés Lacroze .....	12
Datos de Contacto .....	12



---

## ***Agradecimientos***

El presente trabajo es el resultado de un largo camino recorrido y muchas personas que con su desinteresado aporte han hecho este proyecto una realidad.

Quiero agradecer especialmente a Andrés Cruzalegui y a Eduardo Harismendy por su dedicación y contribución clave en la elaboración del proyecto; al Presidente del CASI Esteban Vergara y la Comisión Directiva quienes permitieron desarrollar el programa y así ubicar al CASI a la vanguardia en temas de prevención en jóvenes; a Fernando "Pope" Morel, head coach de la Primera división, a Juan Ignacio "Chaqueto" Campero, Capitán de la Primera y a los Head Coaches y entrenadores de juveniles e infantiles.

También a Fernando Monserrat, Director de la revista CASI, por su apoyo y cobertura de esta iniciativa.

Quiero agradecer además a Guillermo Ramhorst de InnovationPath por su aporte en el desarrollo y edición de los materiales y el entorno web de la campaña.

Lic. Alejandra Inés Lacroze

---

## Introducción

Los índices de alcoholismo están creciendo en forma alarmante en el país, principalmente en los sectores adolescentes.

El inicio del uso de alcohol se observa entre los **12 y 20 años**.

Beber y manejar es la **mayor causa de muerte** entre jóvenes de 16 a 24 años.

La situación se agrava cuando se ha observado que **es cuatro veces más probable que una persona se vuelva alcohólica si comienza a beber en la adolescencia**. A su vez, el uso de alcohol **aumenta el riesgo de embarazos no deseados y la violencia juvenil**

Si bien esta situación representa un desafío importante, la recompensa también lo es: *recientes estudios han mostrado que los mejores resultados en prevención se obtienen trabajando sobre los grupos de alto riesgo y los adolescentes son hoy uno de estos grupos*.

## La propuesta

Frente a esta situación, importantes clubes de rugby se han planteado realizar una campaña de prevención para sus escuelas de Rugby.

Para ello, la Lic. Alejandra Lacroze, con más de 25 años de experiencia en prevención del alcoholismo, ha desarrollado la presente propuesta para asistir a los clubes de rugby a lograr los objetivos planteados.

## Objetivos

El objetivo central de la campaña será **formar un buen grupo de adolescentes que se cuiden entre ellos para resistir la presión a tener que consumir alcohol**, apalancando el mensaje en la **cultura del rugby y el trabajo en equipo**. Desarrollar así una “**vacunación psicológica**” que les permita defenderse entre ellos de la violencia, los accidentes, el sida y demás riesgos.

Más formalmente:

- Desarrollar y ejecutar una campaña para la prevención en consumo de alcohol en jóvenes
- Enfocada en los tres temas más relevantes para el público joven:
  - **Control de la violencia**
  - **Prevención de accidentes**
  - **Relaciones sexuales de alto riesgo**
- Fundamentada en los últimos avances y logros en prevención de adicciones en jóvenes.
- Que se apoya en la cultura del rugby y el trabajo en equipo.

## Enfoque propuesto

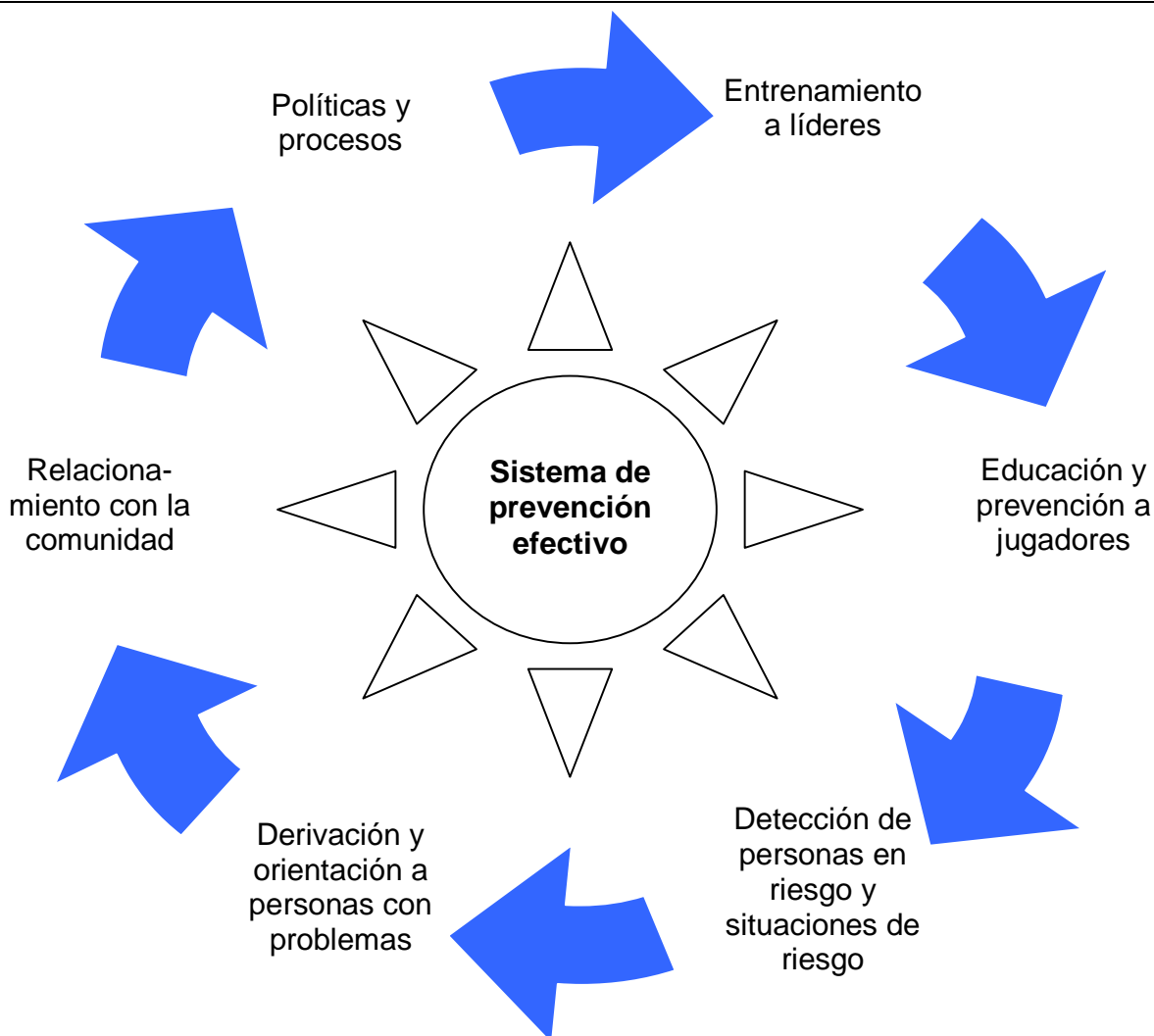
Para abordar adecuadamente y comenzar a generar cambios en la raíz de los problemas, se propone un “Enfoque Integrador” que aborde el problema desde múltiples dimensiones:

- Jugadores seleccionados de la **Primera División** del club y/o los **Head Coaches** reciben formación para líderes en prevención de alcoholismo en jóvenes a cargo de la Lic. Lacroze.
- Posteriormente, con el soporte y asesoramiento de los Jugadores de Primera y los Head Coaches, la Lic. Lacroze organizará siete grupos con los **Entrenadores** de las distintas divisiones.
- A estos grupos se sumarán **Agentes Multiplicadores**, como es el caso de los “Padrinos de División”, según sea más adecuado, a fin de dar continuidad a la iniciativa más allá del rugby y logre su inserción en el ámbito familiar.



- 
- Estos grupos recibirán entrenamiento en **Prevención en Alcoholismo en jóvenes** así como instrucción para su bajada a las divisiones. Este entrenamiento será específico para cada grupo, ya que la edad de cada división tiene problemáticas, necesidades y formas de comunicar los conceptos que le son propias.
  - Finalmente, los jóvenes reciben el mensaje desde el rol de liderazgo de sus entrenadores y Head Coaches, en un lenguaje adecuado, que “llega”, de parte de personas que son respetadas y tomadas como modelos de identificación.
  - En este proceso, las divisiones superiores actuarán como agentes de refuerzo para las divisiones inferiores, participando de la bajada del mensaje.
  - La Lic. Lacroze estará supervisando, guiando y acompañando a los Head Coaches, Entrenadores y demás agentes **a lo largo de todo el proceso.**
  - Se realizarán **Jornadas de Refuerzo** a lo largo del año y un **Taller de Feedback**, donde se analizarán los resultados de la campaña y se planificarán acciones futuras que contemplen las necesidades identificadas durante las charlas.
  - La iniciativa se potenciará con el desarrollo de una **comunidad virtual**. Se organizará un “foro” cerrado que permitirá que los líderes puedan plantear dudas, inquietudes, debates y feedback sobre sus experiencias y que sean compartidas con los demás integrantes. Esta comunidad a su vez sinergizará con la iniciativa “**Prevención Alcohol**”, actualmente en desarrollo, que provee un espacio para el debate e intercambio de información de prevención orientada a **padres de hijos adolescentes**.

Asimismo, se trabajará sobre varios frentes que se refuerzan entre sí y construyen un “**sistema de prevención**”



## Criterios para la iniciativa

Algunos conceptos clave en los que se fundamenta esta iniciativa:

- Si bien existirá un programa y módulos de trabajo, el enfoque tendrá la elasticidad necesaria para ir enriqueciéndolo en el trabajo interactivo con los chicos.
- Promover el interés, el compromiso y la creatividad de los chicos y que "en equipo" se logre armar recursos para concientizar y generar concretos cambios en la actitud frente al alcohol: Ej.: no permitir que ninguno del grupo maneje alcoholizado.
- La adolescencia como objetivo de una campaña tiene la particularidad de que en esta etapa disminuye la influencia de los adultos, aparece el concepto de *grupo* y comienzan a *identificarse* con pares. La comunicación debe realizarse de una manera distinta, a través de **modelos de identificación** que este grupo reconozca como tales.
- Desarrollo de un **abordaje integrador**, que alinea los mensajes de los distintos agentes con poder de influencia en los adolescentes y chicos: padres, docentes, pares, modelos de identificación y organizaciones terapéuticas.
- Trabajar en prevención **antes** de que comience el uso del alcohol



- 
- **Meta-comunicación:** El alcohol permite extender el mensaje a las demás adicciones.
  - Desarrollo de **agentes multiplicadores**, lo que se puede lograr a través de grupos respetados y admirados por los jóvenes, quienes además están asociados con una imagen compatible con los objetivos de prevenir el consumo de alcohol.
  - Entrenar a los chicos mismos como líderes para que salgan a la comunidad, sus colegios y demás ámbitos de los que forman parte para difundir el mensaje y los conceptos centrales de la prevención y resistencia a la presión de sus pares.

## Plan de trabajo



## Detalle de actividades

### Fase 1: Presentación

#### Objetivos

Comunicar a la organización la campaña y los objetivos de la misma.

Comunicarlo a través de personas que constituyen modelos de identificación por los jóvenes y por ello son agentes de comunicación ideal para una campaña de prevención.

#### Actividades

- Presentación de la iniciativa a Head coaches y entrenadores, con un Puma y Capitán de Primera
- Presentación de la iniciativa a jugadores en Auditorio

#### Contenidos principales

- Por qué prevenir
- El alcohol y sus consecuencias: El efecto del alcohol en la capacidad de conducir, violencia y sexo no protegido.
- Qué podemos hacer nosotros (cada uno de nosotros): Mensajes clave para lograr una conducta de autorregulación y preservación.
- Resumen / Mensajes clave

---

### Resultados esperados

- Comunicar, en un lenguaje y desde modelos de identificación que llegan a los jóvenes y líderes, el compromiso del club en abordar en su raíz los problemas del alcohol y sus consecuencias en los jóvenes
- Dar un lanzamiento contundente de la iniciativa
- Sentar las bases para sostener la campaña a lo largo del tiempo

## Fase 2: Entrenamiento a líderes (Primera División, Head Coaches y Entrenadores)

### Objetivos

Desarrollar en los entrenadores y demás agentes multiplicadores (padrinos) los elementos centrales para la prevención en problemas de alcohol en jóvenes, para que puedan comunicarlos desde sus roles de liderazgo en sus responsabilidades frente a los jóvenes.

### Actividades

- Para cada uno de los grupos compuestos por los jugadores de Primera, Head Coaches y entrenadores de cada una de las divisiones
  - Cuatro talleres de 2 hs. cada uno

### Contenidos principales

- Inculcar a los líderes de los jóvenes del club los conceptos actualmente vigentes y más efectivos para la prevención en problemas de alcohol y sus consecuencias.
- Cómo estimular el desarrollo en los jóvenes, de la auto-regulación en consumo de alcohol y prevenir sus consecuencias, desde un rol de líder / modelo de identificación
- Detección de personas en situaciones de riesgo relacionadas con problemas con el alcohol y sus consecuencias
- Manejo de situaciones de riesgo asociadas

### Resultados esperados

- Lograr que los jugadores de Primera, entrenadores y Head Coaches se constituyan en un modelo de identificación que lleva a los jóvenes a incorporar, "vivir" los conceptos centrales en prevención desde la auto-regulación.
- Desarrollar en los roles de liderazgo las capacidades básicas para la detección temprana y manejo proactivo de personas en riesgo de caer en problemas de alcohol y sus consecuencias.

## Fase 3: Entrenamiento a jugadores

### Objetivos

- Promover el interés, el compromiso y la creatividad de los chicos y que "en equipo" se desarrollen los recursos para concientizar y generar concretos cambios en la actitud frente al alcohol: Ej.: no permitir que ninguno del grupo maneje alcoholizado.
- Entrenar a los chicos mismos como líderes para que salgan a la comunidad, sus colegios y demás ámbitos de los que forman parte para difundir el mensaje y los conceptos centrales de la prevención y resistencia a la presión de sus pares.

- 

### Actividades

- El club designará 20 grupos de jugadores de 20 jugadores cada uno. Con cada uno de estos grupos, se desarrollará
  - Dos talleres de 2 hs. cada uno para prevención en problemas de alcohol

### Contenidos principales

- Mitos sobre Beber y Conducir
- El Efecto del Alcohol en la Capacidad de Conducir
- Concentración de Alcohol en Sangre: Por qué es importante
- Riesgos en Conductores Jóvenes
- Práctica en el uso de los gráficos de BAC
- Marihuana y Conducir
- Detección de personas en situaciones de riesgo relacionadas con problemas con el alcohol y sus consecuencias
- Manejo de situaciones de riesgo asociadas
- Violencia
- Relaciones sexuales de alto riesgo

### Resultados esperados

- Desarrollo de conciencia y pautas de conducta de auto-regulación en los jóvenes, referidas al consumo de alcohol y sus consecuencias.

## Fase 4: Políticas y procesos

### Objetivos

Alinear políticas y procesos del club a los objetivos de la campaña de prevención, para que refuercen el mensaje comunicado en los talleres y apalanque el logro de los objetivos fijados.

Promover la interacción y trabajo conjunto con la comunidad a fin de abordar el problema desde todos los frentes de acción.

### Actividades

- Revisión del reglamento del club en cuanto a política disciplinaria y desarrollo de recomendaciones
- Análisis y recomendaciones sobre las acciones de comunicación del Club para que considere los objetivos fijados en esta campaña
- Soporte en el desarrollo de propuestas del Club hacia entes públicos para coordinar esfuerzos de prevención.

### Contenidos principales

- Sesión de trabajo sobre análisis y recomendaciones sobre la de reglamentación del club referidas al consumo de alcohol y sus consecuencias
- Recomendaciones para las campañas de comunicación en la elaboración de elementos de soporte (ej. Pins "No bebo, soy conductor", posters, videos, etc)



- 
- Desarrollo de recomendaciones para entes públicos en soporte a las iniciativas de prevención.
  -

### **Resultados esperados**

- Alinear las políticas y los procesos del club a la campaña de prevención y transformarlos en una herramienta de prevención.
- Desarrollar vínculos con la comunidad para lograr un abordaje integrador que involucre a todos los actores en la prevención en el consumo de alcohol en los jóvenes.

## **Fase 5: Sostenimiento**

Las experiencias en campañas de prevención y concientización en el ámbito de las empresas y demás grupos humanos han permitido comprobar que el efecto de éstas decrece rápidamente si no se las sostiene en el tiempo.

Es por ello fundamental sostener la comunicación y reiterar las iniciativas periódicamente.

### **Objetivos**

Desarrollo de plan de sostenimiento de la campaña de prevención en problemas de alcohol.

### **Actividades**

Elaboración de recomendaciones para sostener la comunicación de la campaña a lo largo del tiempo, que considere tareas tales como:

- Charlas a lo largo del año a cargo de líderes
- Sesiones de feedback para evaluar reacciones de la campaña y demás medidas complementarias (ej. nuevas reglamentaciones)
- Talleres de trabajo como se evalúe necesario
- Desarrollo de métricas para medir progreso sobre un horizonte de mediano plazo.

### **Resultados esperados**

- Desarrollar un plan de trabajo que, considerando las posibilidades presupuestarias y de demás recursos del club, permita mantener el mensaje de prevención de la campaña a lo largo del año y facilite su reiteración en los años siguientes.

## **Facilitadores**

A lo largo de todo el proceso se dispondrá de una comunidad virtual, basada en Web, que permitirá a entrenadores, coaches y demás líderes tener un espacio para consultar información e intercambiar dudas, feedback, opiniones sobre el programa de manera privada.

Del mismo modo, se abrirá un espacio abierto para que los jugadores y demás participantes del programa puedan informarse e intercambiar ideas y opiniones.

---

## ***Acerca de Alejandra Inés Lacroze***



La Lic. Alejandra Inés Lacroze posee 25 años de experiencia en el campo de la psicología clínica y prevención.

En su carrera, ha trabajado en diversos entornos con niños, adolescentes, adultos, parejas y familias. También ha ocupado roles de liderazgo en programas patrocinados por el gobierno y es frecuentemente consultada como experta en el área de alcoholismo.

Actualmente, la Lic. Lacroze trabaja en la práctica privada. Es Directora de PAE (Programa de Asistencia al Empleado y Prevención de Adicciones en la Escuela), International Provider de EAPA para Argentina e International Counsellor de FEI Behaviour Health (USA), Employee Advisory Resources (Reino Unido), Human Dynamic Asia Pacific Ltd (Asia, Europa del Este y Australia), St Barnabas

Management Services (USA) y NEAS Ltd (USA, Canadá y Puerto Rico), trabajando en las áreas de Abuso de Sustancias, Pareja y Familia y Adolescencia.

Fue además la **Coordinadora del Programa de Prevención de Alcoholismo de la Provincia de Buenos Aires y la Asesora en el Anteproyecto de Ley de Alcoholismo.**

Publica artículos de investigación en sus áreas de interés y participa en los medios en su país de residencia, Argentina, entre los que se destacan el Micro de Alcoholismo en radio con el Dr. Nelson Castro, artículos en el Suplemento de Adicciones del Diario La Nación.

Organizó el Primer **Curso de Capacitación en Alcoholismo** para profesionales del área de salud de la Provincia de Buenos Aires, el Primer Congreso de Alcoholismo de la Universidad de Morón, el Primer Seminario ESSO Sociedad de Medicina del Trabajo “El abuso de alcohol y otras drogas en el ámbito laboral”, en el cual presentó el Primer Programa de Asistencia al Empleado en la Argentina: PAE, el Programa de prevención de adicciones en Astra (actual Repsol YPF) y Bunge Born y el Programa en escuelas “Mi cuerpo es mi casa” desde sala de 3 años.

Mantiene el weblog [www.prevencionalcohol.com](http://www.prevencionalcohol.com) donde escribe sobre temas de salud con foco en la prevención en problemas de alcohol y otras drogas.

Recientemente ha lanzado la [Comunidad Virtual de Prevención Alcohol](#) para nuclear padres de hijos adolescentes, maestros y profesionales de la salud para **informar, debatir y desarrollar propuestas sobre la prevención en el consumo de alcohol en jóvenes y adolescentes.**

La Lic. Lacroze ha obtenido su título de Psicóloga en la Universidad Católica Argentina, su Residencia hospitalaria en el Servicio de Alcoholismo y Toxicomanía del Centro de Salud Mental N°3 y su Postgrado en Psicoanálisis en la Asociación Psicoanalítica de Buenos Aires (APdeBA), miembro de la International Psychoanalytical Association (IPA).

Para mayor información:

- [www.alejandralacroze.com](http://www.alejandralacroze.com), sitio personal de la Lic. Lacroze.

## **Datos de Contacto**

Lic. Alejandra Lacroze

[alacroze@fibertel.com.ar](mailto:alacroze@fibertel.com.ar)