

Capítulo IV. Promoción de la salud y prevención de las adicciones

Competencia

Al término de este capítulo:

- Distinguirás las características principales de los modelos de prevención de las adicciones.
- Aplicarás los principios de la prevención de las adicciones.

Resultados del aprendizaje

- Distinguirás los principales modelos de prevención de las adicciones.
- Explicarás los principios básicos de la prevención de las adicciones.
- Identificarás los diversos contextos en los que se lleva a cabo la prevención del consumo de drogas.
- Aplicarás los principios básicos de la prevención de las adicciones.

Introducción

En tu papel como promotor de "Nueva Vida" estás en contacto con el problema de la adicción a ciertas sustancias que enfrentan niños, adolescentes y adultos de nuestro país. De ahí la importancia de que identifiques algunos de sus elementos para que puedas llevar a cabo acciones preventivas y de promoción de la salud, fundamentadas en las explicaciones teóricas y la experiencia en el campo.

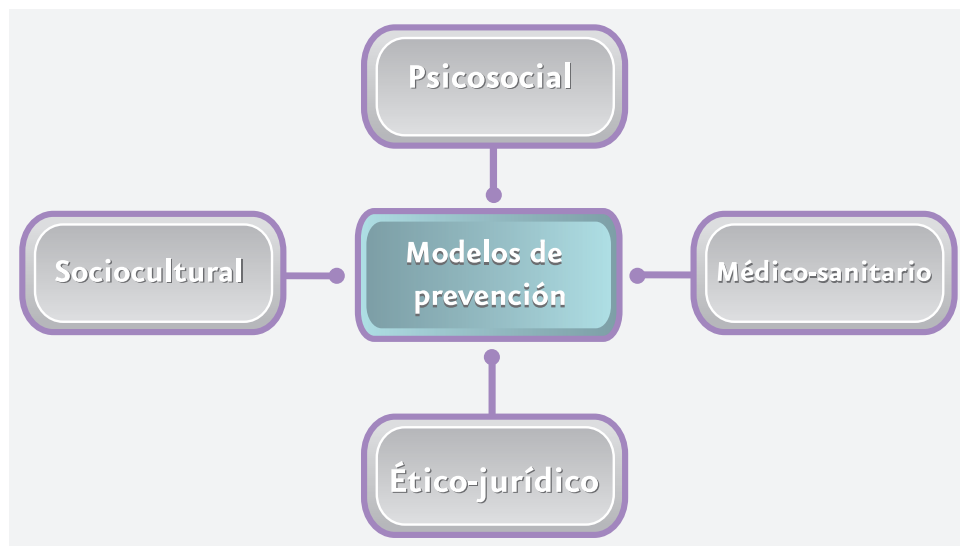
En los tres primeros capítulos se abordaron las concepciones teóricas básicas sobre las adicciones, información que te será de gran utilidad para sustentar tu labor. En este capítulo se presentan algunos modelos y principios sobre la prevención de las adicciones basados en investigaciones científicas actuales, así como los diversos contextos para la intervención, lo que te facilitará ejecutar acciones preventivas y de promoción de la salud en diversos ambientes y poblaciones.

Principales modelos de prevención de las adicciones

¿A qué nos referimos cuando hablamos de prevención de adicciones?

Al conjunto de acciones que permiten evitar el consumo de drogas, disminuir situaciones de riesgo y limitar los daños que ocasiona el uso de estas sustancias. Gracias a que muchos países han trabajado en la prevención del consumo de drogas, se ha reconocido la necesidad de partir de teorías y modelos internacionales para explicar los factores relacionados con las conductas de consumo y definir los procedimientos más adecuados para influir y modificar tales conductas.

Los cuatro modelos que en materia de prevención propone la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) son:



El modelo psicosocial

- Concibe a las adicciones como un problema de personas que no cuentan con las capacidades individuales y sociales para enfrentarlo. Así, considera a la familia o al grupo de compañeros como agentes básicos que de alguna manera pueden influir en el desarrollo y en la prevención de las adicciones.
- La adicción se presenta como consecuencia de trastornos de la conducta, como una forma de satisfacer alguna necesidad del individuo o de resolver un conflicto.
- No distingue entre tipos de drogas, puesto que lo importante es la relación que el individuo establece con la sustancia y ésta puede ser experimental, ocasional o controlada; se habla de adicción cuando hay abuso y/o dependencia.
- Se centra en la formación de actitudes de autocuidado y comportamientos que lleven a un mejoramiento de las relaciones interpersonales, mediante programas alternativos de actividades para la salud integral y el desarrollo humano y personal.
- Busca promover patrones o estilos de vida sanos y valores de autocuidado que eviten el consumo de sustancias.

El modelo psicosocial hace énfasis en el contexto del individuo y se centra en la educación como el camino para promover estilos de vida sanos.

El modelo médico-sanitario

- Califica a las drogas como si fueran “gérmenes” o “virus” que infectan el cuerpo de quien las consume.
- Considera a la prevención como una defensa ante la amenaza externa que significa la droga, a semejanza de la prevención que suministra la vacunación en las enfermedades.
- Pone énfasis en que se conozcan los efectos y consecuencias (trastornos de carácter crónico, irreversible, incapacitante y letal) de cada sustancia en el organismo y, desde la perspectiva epidemiológica, las distribuciones del consumo, el perfil de los usuarios, las repercusiones en morbilidad¹⁶ y mortalidad.

¹⁶ Morbilidad es el número proporcional de personas que enferman en una población y tiempo determinados.

- Fomenta la prevención brindándoles a padres y madres de familia información sobre los síntomas que delatan la “infección”. La consecuencia lógica de estas premisas es el diseño de campañas de salud.
- Se basa por completo en la disuasión; es decir, en dar razones para desistir de un propósito, por analogía podría ser la seducción del terror como instrumento más eficaz para la prevención: “La droga o la vida”, “Vivir sin drogas es vivir”, “Di no las drogas, di sí a la vida” son lemas que pudieran ser utilizados en este sentido.

El modelo médico-sanitario hace énfasis en los efectos o consecuencias para la salud mediante la transmisión de información y utiliza la disuasión como la herramienta más eficaz.

El modelo ético-jurídico

- Está centrado en la definición, clasificación y regulación legal de las drogas y todas las actividades con ellas relacionadas: producción, distribución, consumo, etcétera.
- Divide a las drogas en lícitas e ilícitas y, de acuerdo con esto, están controladas legalmente de manera diferente; siendo el consumo de drogas ilícitas el objeto de sanción como defensa del orden social.
- Determina que el consumidor es una víctima, un enfermo que se debe referir a las instituciones pertinentes para su tratamiento; los delincuentes, victimarios, son los que producen y trafican con las drogas.
- Centrado en los aspectos legales y de control social, enfoca las actividades de prevención en el acatamiento irrestricto a las leyes, así como en el combate y castigo al narcotráfico; la fiscalización de la producción y la distribución; la determinación de las penas por la producción, venta y consumo de drogas ilícitas y en el establecimiento de convenios y acuerdos internacionales de lucha contra las drogas.

El modelo ético-jurídico se centra en el aspecto legal de las drogas como camino para lograr el orden social. Las actividades de prevención se enfocan en el mismo sentido.

El modelo sociocultural

- Enfoca su atención en el contexto ampliado de los individuos (comunidad, nación), bajo la premisa de que las condiciones socioeconómicas (pobreza, hacinamiento, migración, urbanización, industrialización, desempleo, etc.) y socioculturales (malestar, movimientos culturales e identidades juveniles) son las variables importantes que influyen en la aparición de las adicciones, más que en las categorías individuales.
- Centra su estrategia de intervención en la promoción del desarrollo comunitario; es decir, la realización de actividades que mejoren la infraestructura de servicio público, oportunidades de estudio y empleo, participación comunitaria, cambio en las estructuras y relaciones sociales, etc. El mejoramiento general de las condiciones de vida y la justicia social son los elementos clave de la prevención.

El modelo sociocultural visualiza las condiciones socioeconómicas y socioculturales como variables a considerar para la prevención de las adicciones. Las actividades propuestas se orientan hacia la promoción y el desarrollo comunitario.



Modelos de prevención

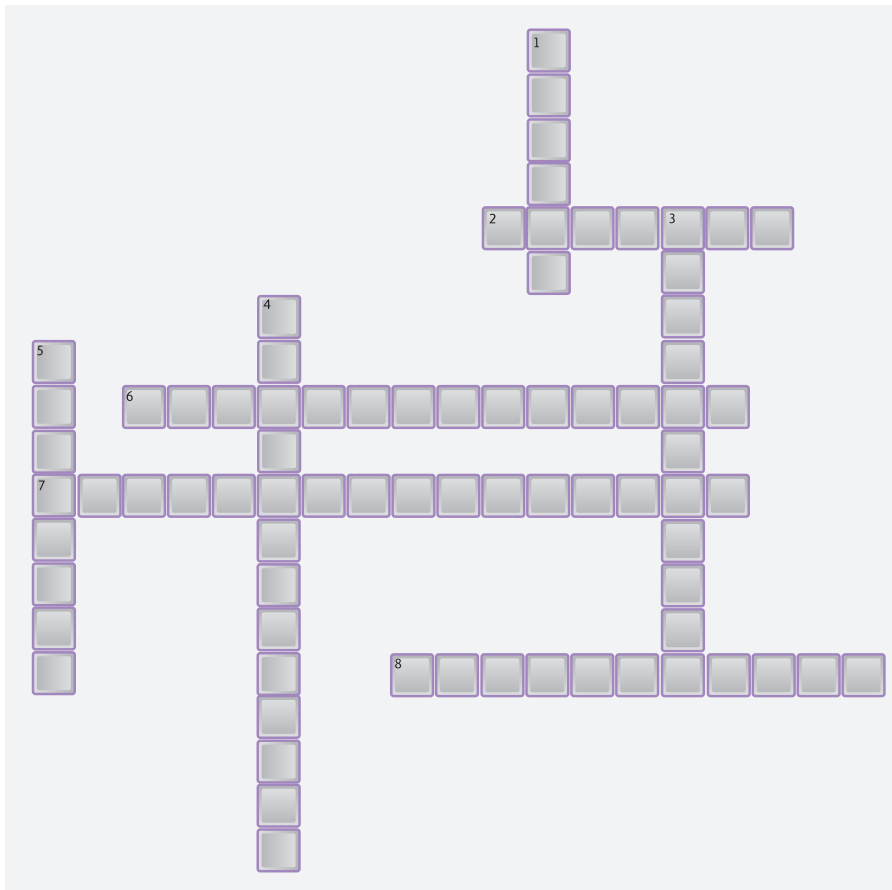
Instrucciones: A continuación encontrarás una serie de afirmaciones basadas en los modelos de prevención de adicciones, a las cuales les falta una o más palabras para ser completadas. Escribe las respuestas en los espacios en blanco del crucigrama guiándote por las orientaciones que se señalan (vertical u horizontal).

Verticales:

1. El modelo médico-sanitario basa su prevención en infundir _____ a los posibles consumidores del daño que causan las drogas.
3. El modelo psicosocial promueve estilos de vida sanos y valores de _____ que eviten el consumo de sustancias.
4. El modelo _____ centra su estrategia de intervención en el mejoramiento general de las condiciones de vida y la justicia social.
5. El modelo médico-sanitario considera a los drogas como si fueran _____ o virus.

Horizontales:

2. El modelo ético-jurídico enfoca sus actividades de prevención en el _____ del narcotráfico, la fiscalización de la producción y la distribución, entre otras.
6. El modelo _____ está centrado en la definición, clasificación y regulación legal de las drogas.
7. El modelo _____ pone énfasis en que se conozcan los efectos y consecuencias de cada sustancia en el organismo.
8. La estrategia de prevención del modelo _____ busca promover patrones o estilos de vida sanos y valores de autocuidado.



Cabe mencionar que cada teoría tiene ventajas y limitaciones. El hecho de elegir una de ellas como sustento para implementar programas de prevención dependerá de diversos factores tales como las características de la población, el entorno familiar, comunitario o social, así como las necesidades particulares que se presenten, entre otros.

Principios de la prevención de las adicciones¹⁷

Al igual que los modelos abordados, el objetivo de estos principios es ayudar a los promotores, padres de familia y líderes comunitarios a ponderar, planificar e introducir programas de prevención del abuso de drogas, con bases científicas a nivel comunitario.

Los principios de la prevención se agrupan en tres grandes rubros:

- Factores de riesgo y de protección.
- Planificación de la prevención.
- Introducción de los programas de prevención.

Factores de riesgo y de protección



¹⁷ Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA), op.cit.

Principio 1. Los programas de prevención deberán mejorar los factores de protección y revertir o reducir los factores de riesgo.

- La posibilidad de convertirse en un consumidor de drogas se relaciona con el número y el tipo de los factores de riesgo (por ejemplo, actitudes y comportamientos desviados) y los factores de protección que se presenten (por ejemplo, el apoyo de los padres). Esto quiere decir que puede tener más riesgo un adolescente que convive diariamente con un grupo de consumidores de droga que aquel que sólo ocasionalmente está en contacto con la misma y cuenta con la orientación de sus padres.
- El impacto que tienen los factores de riesgo y de protección se modifica con la edad; por ejemplo, los factores de riesgo dentro de la familia ejercen un impacto mayor en un niño, mientras que la convivencia con compañeros que abusan de las drogas puede ser un factor de riesgo más importante para un adolescente.
- Una intervención temprana en los factores de riesgo (por ejemplo, conducta agresiva y autocontrol deficiente) generalmente es de mayor impacto que una intervención tardía en el cambio de trayectoria de la vida de un niño; lo aleja de los problemas y lo encamina a conductas positivas. Aunque los factores de riesgo y de protección pueden afectar a personas de todos los grupos, tienen un efecto diferente dependiendo de su edad, sexo, raza, cultura y ambiente.

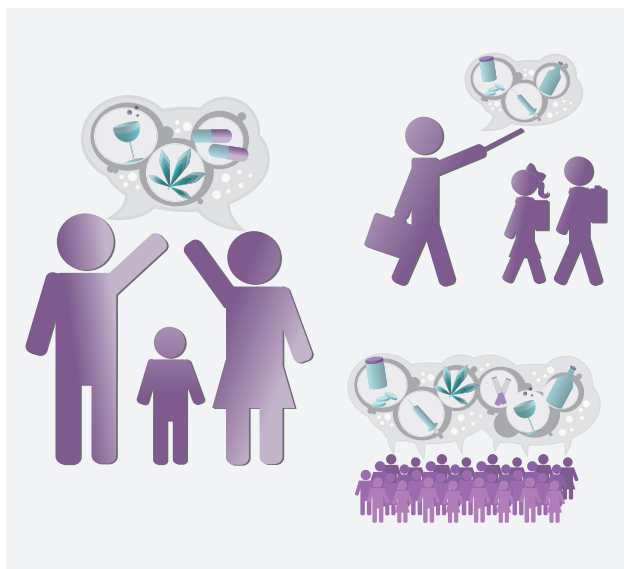
Principio 2. Los programas de prevención deben dirigirse a todas las formas de abuso de drogas, incluyendo el consumo de drogas legales (tabaco o alcohol) o ilegales (marihuana o heroína) y el uso inapropiado de sustancias obtenidas legalmente (inhalables), medicamentos de prescripción o de aquellos que no la necesitan.

Principio 3. Los programas de prevención deben dirigirse al tipo de problema de abuso de drogas en la comunidad local. Es necesario identificarlo antes de seleccionar los factores de riesgo que se pueden modificar, y fortalecer los factores de protección que se conocen; por ejemplo, en una comunidad se observó que el abuso de alcohol era frecuente entre los adultos

varones, enseguida se buscó reducir el desempleo (factor de riesgo) y se formó un grupo de apoyo (factor de protección).

Principio 4. Para ser eficaces, los programas de prevención deben diseñarse para tratar riesgos específicos de la población o de la audiencia, como edad, sexo y cultura; por ejemplo, habrá factores de riesgo que se presentan únicamente en mujeres o en la edad adulta, así como factores de protección que aparecen en culturas occidentales u orientales, por mencionar algunos.

Planificación de la prevención



Programas para la familia

Principio 5. Los programas de prevención para las familias deben fomentar la unión y las relaciones saludables. Se sugiere incluir habilidades para ser mejores padres, así como actividades educativas y de información en las que se discuta y refuerce el papel de la familia respecto al abuso de drogas.

La unión familiar constituye el cimiento de la relación entre padres e hijos. Se debe fortalecer la comunicación y la participación para lograr un entrenamiento que mejore el apoyo de los padres hacia los hijos.

El constante respaldo y supervisión de los padres son esenciales para prevenir el uso de drogas. Se pueden mejorar estas habilidades mediante el establecimiento de reglas familiares en conjunto, así como la práctica de técnicas que impulsen estas actividades. Es importante fomentar en los padres el elogio hacia los hijos cuando éstos tengan conductas apropiadas, y que se implante una disciplina moderada y consistente en donde se respeten las reglas definidas por la familia.

La educación y la información que los padres o cuidadores reciban sobre las drogas reforzarán lo que los niños están aprendiendo en otros ámbitos sobre sus efectos dañinos; además, les brindará la oportunidad de discutir en familia sobre el abuso de sustancias legales e ilegales.

Cuando los programas de prevención contemplan intervenciones cortas enfocadas en la familia y dirigidas a la población en general (pláticas, distribución de folletos, cursos, etc.), pueden cambiar positivamente conductas específicas de los padres, con lo cual se pueden reducir los riesgos futuros de abuso de drogas.

Programas en la escuela

Principio 6. Se pueden diseñar programas de prevención para lograr una intervención tan temprana como en los años preescolares, que se enfoquen a factores de riesgo tales como el comportamiento agresivo o la conducta social negativa, e intenten solucionar las dificultades académicas con el fin de evitar su aparición en edades posteriores.

Principio 7. Los programas de prevención para los estudiantes de educación básica (primaria y secundaria) deben dirigirse al mejoramiento del aprendizaje académico y socio-emotivo para tratar factores de riesgo como la agresión temprana, el fracaso escolar y la deserción. Los programas de prevención en esta etapa tienen que enfocarse en las siguientes habilidades:

- Autocontrol.
- Conciencia emocional.
- Comunicación.
- Solución de los problemas sociales.

- Apoyo académico, especialmente en la lectura.

Principio 8. Los programas de prevención para los estudiantes de educación media (bachillerato) deben aumentar la competencia académica y social con las siguientes habilidades:

- Hábitos de estudio y apoyo académico.
- Comunicación.
- Relaciones con los compañeros.
- Reafirmación personal.
- Habilidades para rechazar las drogas.
- Refuerzo de las actitudes anti-drogas.
- Fortalecimiento del compromiso personal contra el abuso de las drogas.

Programas comunitarios

Principio 9. Los programas de prevención dirigidos a quienes se encuentran en procesos claves de transición, como es de la educación básica a la media, no se enfocan a las poblaciones en particular, por lo que reducen el estigma social y promueven lazos fuertes con la escuela y la comunidad. Resultan fundamentalmente beneficiosos para las familias y los niños en alto riesgo.

Principio 10. Los programas comunitarios de prevención que combinan dos o más esquemas eficaces, como los orientados a la familia y a la escuela, pueden ser aun más eficientes que un programa dirigido únicamente a la familia.

Principio 11. Los programas comunitarios de prevención destinados a las poblaciones en varios ambientes (escuelas, clubes, organizaciones religiosas o medios de comunicación) son más eficaces cuando se presentan a través de mensajes adaptados a las características de cada uno de ellos; por ejemplo, si se diseña un programa de prevención para una organización religiosa se debe considerar la doctrina que le da sustento a ésta.

Introducción de los programas de prevención

Principio 12. Cuando las comunidades adaptan los programas a sus necesidades, normas comunitarias o requerimientos culturales específicos, deben mantener algunos elementos básicos de la intervención original, como son:

- La estructura (cómo está organizado y compuesto).
- El contenido (la información, las habilidades, y las estrategias).
- La metodología (cómo se adapta, implementa y evalúa).

Principio 13. Los programas de prevención deben ser de largo plazo, con intervenciones repetidas, es decir, actividades que constantemente los refuercen para alcanzar las metas originales de la prevención. Las investigaciones demuestran que los beneficios de los programas de prevención en la escuela media disminuyen si no hay planes de seguimiento.

Principio 14. Los programas de prevención deben contemplar el entrenamiento de profesores en la administración positiva de la clase y el reforzamiento de la buena conducta del estudiante. Estas técnicas ayudan a fomentar la conducta positiva, el rendimiento escolar, la motivación académica y la formación de lazos fuertes con la escuela.

Principio 15. Los programas de prevención son más eficaces cuando emplean técnicas interactivas, como las discusiones entre grupos de la misma edad y el juego de roles; por ejemplo, asumir el papel de padres permitiría una participación activa en el aprendizaje sobre el uso de drogas y en el refuerzo de habilidades sociales.

Principio 16. Los programas de prevención con bases científicas resultan efectivos en cuanto a su costo, es decir, económicamente, si se consideran los principios antes mencionados.

La prevención del consumo de drogas y sus contextos



Actualmente, los programas eficaces para la prevención de adicciones no sólo deben incorporar una buena fundamentación teórica, sino también responder a elementos objetivos con una base empírica sustentada en la evidencia y la demostración de que consiguen los resultados esperados.

Los programas de prevención generalmente están diseñados para dar cobertura a las poblaciones objetivo en su ambiente primario; sin embargo, en los últimos años se ha vuelto común encontrar programas para cualquier grupo objetivo en una variedad de ambientes, por ejemplo, un programa enfocado a la familia implementado en una escuela o en una iglesia.

En la familia

Los programas de prevención pueden fortalecer los factores de protección en los niños y jóvenes enseñándoles a los padres cómo comunicarse mejor con su familia, qué tipo de disciplina llevar, la implementación consistente y firme de las reglas y otros enfoques semejantes. Las investigaciones confirman los beneficios que se obtienen cuando los padres proporcionan reglas y disciplina consistente, hablándoles a los hijos sobre las drogas, vigilando sus actividades, conociendo a sus amigos,

comprendiendo sus problemas y preocupaciones e involucrándose en su educación.

En la escuela

Los programas de prevención pueden dirigirse a un grupo específico o a toda la escuela, y se concentran en las habilidades sociales y académicas de los estudiantes, incluido el mejoramiento de las relaciones con los compañeros, el autocontrol, el manejo de problemas y las habilidades para rehusar las drogas. De ser posible, los programas de prevención basados en la escuela deben integrarse al esquema académico, ya que el fracaso escolar está fuertemente vinculado con el abuso de drogas. Los programas integrados fortalecen los lazos de los estudiantes con la escuela y reducen la probabilidad de que la abandonen. Ambos programas pueden servir para reforzar los factores de protección contra el abuso de drogas.

En la comunidad

Los programas de prevención a nivel comunitario funcionan con organizaciones cívicas, religiosas, ejecutoras de la ley y otras gubernamentales para mejorar las acciones anti-drogas y los comportamientos pro-sociales.

Muchos programas coordinan esfuerzos de prevención a través de los diferentes ambientes para comunicar mensajes en la escuela, el trabajo, las instituciones religiosas y los medios de comunicación.

Las investigaciones han mostrado que los programas que llegan a los jóvenes a través de diversos ambientes pueden impactar fuertemente las normas comunitarias. Los programas basados en la comunidad generalmente incluyen el desarrollo de políticas o el cumplimiento de las regulaciones, esfuerzos de los medios de comunicación masiva y esquemas para crear conciencia en todo el grupo.

Los programas de prevención se enfocan generalmente en la familia, la escuela y la comunidad



Principios y contextos de la prevención de las adicciones

Instrucciones: Lee y reflexiona los siguientes casos; posteriormente señala qué principio de la prevención de adicciones y qué tipo de contexto están implícitos en cada uno de ellos. Si lo consideras necesario, vuelve a revisar los principios.

Caso	Número de principio	Contexto
a) A María y a Rodrigo les dejaron de tarea diseñar un programa de prevención de las adicciones dirigido a la familia. María sólo está contemplando trabajar con personas que consumen cocaína, marihuana y solventes, pero Rodrigo dice que si quieren hacer un programa de prevención completo también deben abordar las drogas legales, como el tabaco, que muchas veces no se toma en cuenta como tal.		
b) Fernando estudia en una secundaria localizada muy cerca de su casa. La escuela ha puesto en marcha un programa de prevención que consta de diversas actividades como seminarios, cursos y pláticas, así como modificaciones en los planes de estudio con el fin de que los estudiantes mejoren sus hábitos de aprendizaje, establezcan relaciones cordiales con sus compañeros y desarrollen actitudes de rechazo y compromiso contra el abuso de drogas.		
c) Daniel convocó a diez familias de su comunidad para proponerles que cada quince días se reúnan para hablar de algún tema que sea de su interés; también les mencionó que en la colonia hay un grupo de drogadictos y cree necesario hablar de las adicciones con los hijos para que no caigan en ellas.		
d) La comunidad de Juriquilla ha organizado una serie de actividades de prevención de adicciones dirigidas tanto a las escuelas como a las familias que las integran. Dichas actividades están pensadas para que los resultados beneficien a ambas instancias.		
e) El gobierno de Baja California ha decidido implementar un programa de prevención de adicciones en clubes deportivos del estado. El programa consta de acciones encaminadas a sensibilizar a quienes practican deporte. Todas las actividades están adaptadas a las necesidades y características de los deportistas y de quienes integran dichos clubes (importancia del ejercicio, beneficios de una alimentación saludable, efectos de las drogas en el ejercicio, etcétera).		
f) Roberto es maestro de una escuela primaria y está abordando el tema de prevención de adicciones. Para que sus alumnos tuvieran una participación activa, les propuso realizar una obra de teatro sobre el tema, de tal forma que se genere la discusión.		



Para que concluyas este capítulo, te pedimos que realices tu autoevaluación.

Instrucciones: Verifica las competencias que desarrollaste en este capítulo en relación con tus:

Conocimientos	Escribe una <input checked="" type="checkbox"/>
Distinguir los modelos de la prevención de las adicciones.	
Explicar los principios de la prevención de las adicciones.	
Identificar los contextos o ambientes en los que se efectúan los programas de prevención para el consumo de drogas.	
Habilidades	
Aplicar los principios de la prevención de las adicciones.	
Actitudes	
Disposición por conocer información relacionada sobre la prevención de las adicciones.	

RESPUESTAS A LAS ACTIVIDADES

Actividad: Principios y contextos de la prevención de las adicciones

a)	2	Familia
b)	8	Escuela
c)	5	Comunidad
d)	10	Comunidad
e)	11	Comunidad
f)	15	Escuela

Actividad: Modelos de prevención

