

Prevención en el uso indebido de drogas. Desafíos del siglo XXI

LIC. GRACIELA CURBELO ¹

CONCEBIR LA SALUD DESDE LA PERSPECTIVA DEL CICLO VITAL

En el año 2000 un grupo de expertos, conjuntamente con la Organización Mundial de la Salud (OMS), elaboraron un material de difusión donde plantean la importancia práctica de concebir la salud desde una perspectiva que abarque la totalidad del ciclo vital. “El objetivo es identificar los procesos biológicos, comportamentales y psicosociales fundamentales que intervienen a lo largo de la vida (Kuh y Ben – Sholomo, 1997)” ⁽¹⁾. Este tipo de enfoque nos muestra los aspectos temporales y sociales de la salud, reconociendo que todas las experiencias presentes y pasadas están determinadas por el entorno social, económico y cultural de las personas y que estas condicionantes influirán a más de una generación. “Los efectos acumulativos en la salud no se limitan a la vida de un individuo, sino que se transmiten a las generaciones sucesivas. (Lumey 1998; David Smith 2000)” ⁽²⁾. Diferentes estudios nos indican que hay períodos críticos en el crecimiento y desarrollo –desde la gestación a la adolescencia– dentro de los cuales el estar expuestos a factores nocivos de diversa índole puede afectar el potencial de salud a largo plazo. También se observan durante la niñez y la adolescencia fases sensibles del desarrollo donde se adquieren con mayor facilidad aptitudes sociales y cognitivas, hábitos, estrategias para la vida y valores ⁽³⁾. De acuerdo a estos expertos, los factores de riesgo tienden a agruparse de manera “socialmente condicionada” y conforman verdaderas “cadenas de riesgo” que luego darán lugar a otras experiencias adversas para la salud, así como las experiencias protectoras de la salud posibilitarán otras similares. En este contexto conceptual es posible pensar la promoción de la salud y la prevención en el uso indebido de drogas (UID) como un programa inserto en la actividad cotidiana de los profesionales y técnicos del primer nivel, y que abarca a los diferentes grupos etarios con los cuales se está en contacto. La posibilidad de prevenir el UID se relaciona directamente con el desarrollo de hábitos de vida saludables en el contexto de la familia, la escuela, el liceo, el grupo de pares, el trabajo. Hábitos de vida saludables, adecuados y enraiza-

1. Lic. en Enfermería y Psicomotricista. Especialista en farmacodependencia.

dos en el contexto real de los individuos en cuestión, sentidos y vividos como valiosos para su existencia.

LA SALUD A LO LARGO DEL CICLO VITAL CONCEBIDA COMO UN CONJUNTO DE CAPACIDADES BIOPSIOSOCIALES

El Dr. Luis Weinstein de Chile, psiquiatra abocado a los desarrollos en salud mental comunitaria, enuncia una concepción de salud que sitúa al individuo con capacidades biopsicosociales factibles de desplegar en entornos que contemplen sus necesidades básicas. Estas capacidades, *de goce, de vitalidad, de autonomía, de creatividad, de crítica y autocrítica, de realizar proyectos e integrar conocimientos* (nombrando algunas de ellas), son factibles de promover a lo largo del ciclo vital, en el entendido de que su desarrollo y afianzamiento funcionarán como factores de protección para la salud mental y física de individuos y comunidades, tanto para la prevención del uso indebido de drogas como para otras problemáticas psicosociales. La salud del niño y del adolescente se proyecta en la salud del adulto joven y el adulto mayor, no existen cortes ni rupturas. Esta mirada puede ayudarnos a pensar la intervención en el uso indebido de drogas, específica e inespecífica desde edades muy tempranas en conjunto con quienes están en estrecho contacto con los niños y adolescentes: familiares, integrantes de las áreas de salud y educación, personas o entidades de la comunidad organizada y no organizada. El desarrollo de las capacidades biopsicosociales individuales y colectivas se entrelaza indisolublemente con la adquisición e integración de hábitos de vida saludables que fomentan los programas de promoción de la salud y prevención del UID, en tantos elementos que promueven una mayor autoestima y por ende el orientarse al autocuidado, el cuidado del otro y del medio.

¿CÓMO PENSAR EL FENÓMENO DEL USO INDEBIDO DE DROGAS?

Diversas entidades (Organizaciones No Gubernamentales, Instituto Interamericano del Niño/OEA) nos proponen un modelo explicativo, de tipo operativo, para pensar la problemática del uso indebido de drogas.

El fenómeno del UID se plantea entonces inscripto dentro del sistema droga – persona – medio. En cada uno de estos elementos del sistema podemos apreciar la presencia de factores de riesgo y protección. Este sistema se encuentra atravesado a su vez por el mercado (oferta y demanda) de las drogas, lícitas e ilícitas, agravándose los riesgos sociosanitarios cuando se involucra la industria transnacional ilícita del narcotráfico.

¿CUÁLES SERÍAN LOS FACTORES DE RIESGO MÁS RELEVANTES DE ESTE SISTEMA?

Desde *el elemento droga*, existen como factores de riesgo la disponibilidad de la droga, el mercadeo de la misma, el potencial adictivo de la sustancia, las vías de administración (oral, inhalada, intravenosa, fumada), la frecuencia y la cantidad consumida, los componentes agregados para aumentar su volumen (especialmente en las drogas ilícitas),

Desde *la persona*, se perciben como factores de riesgo la inmadurez psicoafectiva, las dificultades para tolerar límites y frustraciones, respetar las normas y la autoridad, la impulsividad - acompañada por no medir las consecuencias de sus actos, la desmotivación repentina, el no sostener procesos en el tiempo (de estudios, trabajos, familia).

Desde *el medio, donde también se inscribe la familia*, se observan como factores de riesgo la carencia de modelos adultos con los cuales identificarse positivamente, la violencia intrafamiliar, el modelo adictivo familiar (miembros de la familia adictos al alcohol u otras drogas), la poca participación de los padres en la educación de sus hijos, la carencia de apoyo en las instituciones sanitarias, los modelos educativos autocráticos - poco participativos, así como también la influencia del grupo de pares en el inicio del consumo de drogas y la exclusión social / estigmatización del sujeto consumidor o adicto.

Desde lo personal y lo social, existe como factor de riesgo el traficar y/o ser captado para el narcotráfico.

¿CUÁLES SERÍAN LOS FACTORES DE PROTECCIÓN MÁS RELEVANTES DE ESTE SISTEMA?

Desde *el elemento droga*, los efectos de aquellas drogas psicoactivas que colaboran en la salud mental permitiendo compensar trastornos de la misma, entre ellas los psicofármacos usados en forma y tiempo de acuerdo a la prescripción médica, el control que se ejerce para la prescripción y venta de estos medicamentos, la no venta de alcohol, cigarrillos y solventes volátiles a menores (si se cumple la norma como tal)

Desde *la persona*, la capacidad para tolerar límites y frustraciones así como para aceptar la espera, el respeto por las normas y autoridad - sin sumisión, la comunicación directa y sincera, el reconocer diferentes estados de ánimo en sí mismo, la perseverancia y el interés por la superación en diferentes actividades, el trazado de objetivos y metas alcanzables, el establecer vínculos afectivos de carácter constructivo y feliz, la creatividad en la vida cotidiana,

Desde *el medio donde también se inscribe la familia*, los factores de protección se relacionan con brindar seguridad afectiva, el poder satisfacer las necesidades básicas familiares, el participar activa e interesadamente en los procesos de desarrollo de los hijos y en su educación, el consumo no abusivo de alcohol y otras drogas; desde

las instituciones educativas y laborales el brindar espacios de participación, seguridad colectiva y desarrollo personal; desde el Estado el control de la oferta de drogas y represión del narcotráfico así como la implementación de políticas sociales que contemplen la promoción de la salud y la prevención del UID en los tres niveles de prevención.

CONCIBIENDO ESTRATEGIAS QUE MINIMICEN LOS FACTORES DE RIESGO Y POTENCIEN LOS FACTORES DE PROTECCIÓN EN EL UID PERSONALES Y COLECTIVOS

Luego de mucho tiempo de elaborar y probar diferentes estrategias de prevención específica del UID, vemos como en diferentes países de Europa y América las propuestas para programas de prevención se han vuelto paulatinamente más inespecíficas orientándose al desarrollo de:

- *Habilidades en la vida cotidiana.* Por ejemplo higiene, orden, organización de tareas, manejo adecuado del tiempo libre.
- *Habilidades comunicacionales – relacionales.* Por ejemplo capacidad para el trabajo y/o relacionamiento con otros: grupo – equipo; capacidad para identificar y expresar sentimientos, capacidad de empatizar – vibrar afectivamente con el otro.
- *Sentido de la pertenencia e identidad.* Por ejemplo familiar, social, local, cultural.
- *Valores.* Por ejemplo, y en forma especial: la solidaridad, la honestidad, la sinceridad, la perseverancia.
- *La autoestima* como eje que atraviesa todo tipo de ser y hacer humano y como elemento potencial para generar salud y sostén de la misma.

El desarrollo de habilidades y valores en el marco de una autoestima positiva hará posible que los hábitos saludables se incorporen a la vida personal y social y se mantengan en el tiempo (se transformen en intergeneracionales), tejiendo una matriz de autocuidado en la identidad cotidiana.

ACTIVIDADES INTEGRADAS A PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DEL UID

Partimos de que las actividades preventivas tienen un alto contenido educativo y que este contenido puede enraizarse cuando las personas involucradas están interesadas en ellos, los sienten como necesarios para mejorar su vida y participan activamente para hacerlos propios.

La participación comienza desde la detección de los temas de interés o situaciones problema, el diseño de las estrategias, la organi-

zación y puesta en marcha de los programas, proyectos y actividades.

A modo de ejemplo nombraremos algunas propuestas:

- *Talleres temáticos para padres*: principales características del desarrollo infantil y la adolescencia; paternidad responsable en la adolescencia; ser padres adolescentes; la importancia de los límites en el desarrollo infantil y en la adolescencia; depresión en la infancia y adolescencia; uso constructivo del tiempo libre; actividades recreativas familiares; roles y funciones en la familia; la comunicación en la familia; la sexualidad en la familia; la violencia.
- *Talleres para niños y jóvenes*: identificar y expresar sentimientos; cómo ayudar a un amigo con problemas (familiares, sociales y/o de consumo de drogas); qué hago cuando me siento bien y qué hago para sentirme bien; influencia del grupo de pares; autoestima y bienestar personal; cómo trabajar en equipo; uso adecuado del tiempo libre; sexualidad adolescente; factores de riesgo y de protección para el consumo de drogas.
- *Talleres temáticos para profesionales y técnicos en educación y salud*: principales características de la salud a lo largo del ciclo vital; sistema - droga persona - medio; modelo explicativo del fenómeno del UID/factores de riesgo y de protección en el UID; las drogas psicoactivas: características y efectos de las mismas; la adicción: un fenómeno multifactorial; prevención en el UID; técnicas de manejo de grupo, dinámicas grupales; aprender a cuidarse como técnico y profesional de la salud y educación y manejo del estrés; otros.
- *Elaboración de directorio* para el trabajo en redes en el área del uso indebido de drogas; instituciones de asistencia en el UID; instituciones con programas de prevención en el UID; personas contacto; otros.
- *Formación de monitores juveniles y adultos en la promoción de salud y prevención del UID* para la escuela, el liceo, el barrio, el club deportivo de la zona, la parroquia,

Es probable que muchos equipos profesionales y técnicos ya se encuentren realizando gran parte de este trabajo. Lo que sí se requiere en el abordaje preventivo de un fenómeno de esta complejidad:

- Capacitarse responsablemente para llevar adelante los programas, proyectos y actividades.
- Mantener en el tiempo los programas, actividades y tareas, que conjuntamente con los usuarios y la comunidad se evalúan como necesarias y se valoran como imprescindibles.
- Incorporar los cambios y ajustes en el interjuego de la firmeza y la flexibilidad.

La adquisición de hábitos saludables para la vida es un propósito de largo aliento, un objetivo trascendente que, sin embargo, debe empezar hoy, para ello es compromiso de los profesionales pensar estrategias viables, realistas, en sus contextos laborales particulares.

Edgar Morin, sociólogo y filósofo nos comparte "...la estrategia elabora un escenario de acción examinando las certezas y las incertidumbres de la situación, las probabilidades, las improbabilidades. El escenario puede y debe ser modificado según las informaciones recogidas, los azares, contratiempos u oportunidades encontradas en el curso del camino". Lo importante es seguir pensando que es posible y que nunca es tarde para empezar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. **Levav I, ed.** Temas de salud mental en la comunidad. Washington: OPS, 1992. (Serie Paltex para Ejecutores de Programas de Salud, 19).
2. **Kroeger A, Luna R, comp.** Atención primaria de salud: principios y métodos. México: OPS, 1992. (Serie Paltex para Ejecutores de Programas de Salud, 10).
3. **Instituto Interamericano del Niño.** Programa de Prevención de las Farmacodependencias. Manual de educación preventiva participativa para jóvenes y padres. Montevideo: IIN/OEA, 1996.
4. **Acosta E.** Condicionantes socioeconómicas del proceso salud-enfermedad. En: Etchebarne L, coord. Temas de medicina preventiva y social. 2 ed. Montevideo: Oficina del Libro AEM, 1998: 9-17.
5. **Bulacio BJ, Calabrese A, Catani HR, González JL, Silvia J, et al.** El problema de la drogadicción. Enfoque interdisciplinario. Buenos Aires: Paidós, 1988.
6. **Díaz Salabert J, Liébana Molina C, García FL.** Programa ITTACA. Propuesta de programa de intervención motivacional transteórica en el tratamiento de la adicción a opiáceos. Málaga: CEDMA, 2004.
7. **Morín E.** Los siete saberes necesarios para la educación del futuro. Buenos Aires: Nueva Visión, 2002.
8. **Chamó L.** Políticas de inclusión social como prevención de conductas de riesgo. Curso de Capacitación de Personal sociosanitario en el área del uso indebido de drogas; 2002; Montevideo, Uruguay.
9. **Instituto Interamericano del Niño.** Manual de aplicación del prototipo de políticas públicas de infancia focalizadas. 2 ed. Montevideo: IIN, 2003.
10. **Freire P.** Pedagogía de la esperanza. Un reencuentro con la pedagogía del oprimido. 3a ed. Buenos Aires: Siglo XXI, 2002.