



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 14 – ENERO DE 2009

“**ADOLESCENTES, DROGAS Y ADICCIONES: UN ENFOQUE PRÁCTICO EN LA ENSEÑANZA.**”

AUTORÍA PATRICIA MUÑOZ PEDROSA
TEMÁTICA ADOLESCENTES Y ADICCIONES
ETAPA ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA

1. RESUMEN.

En este artículo presente, vamos a analizar las relaciones que se establecen entre nuestros y nuestras adolescentes y el consumo de drogas de varios tipos y que generan dependencias y adicciones, entre las que podemos mencionar el tabaco y el alcohol. El objetivo del presente artículo es analizar cuales deben ser los campos de actuación a los que debemos prestar más atención a la hora de modelar cualquier tipo de información preventiva y cualquier tipo de actuación para adolescentes. Por otro lado, también se hace referencia a otros tipos de actuaciones propias de los/as adolescentes que generan adicción: los videojuegos, una actividad lúdica, atractiva y positiva siempre y cuando se haga buen uso de ella y además, una actividad absolutamente instaurada en nuestra sociedad y aceptada por todos.

2. PALABRAS CLAVE.

- Adicción
- Tabaco
- Drogas
- Adolescentes
- Personalidad
- Familia
- Centro Docente
- Dependencia
- Independencia



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- Videojuegos
- Televisión
- Padres

3. CONTENIDOS.

El consumo de drogas de distinto tipo es una realidad indiscutible en nuestra sociedad actual y esta al alcance de nuestros/as adolescentes. Sin duda alguna, el consumo de drogas esta a la cabeza de los principales problemas que afectan a nuestros/as jóvenes. Las drogas son un problema que afecta al conjunto de la juventud y de muy fácil acceso. Por ello debemos conocer, como tutoras/es, como profesoras/es y como familiares, cuales son y cuales son las distintas formas de actuación.

En la actualidad, las sustancias más consumidas generalmente por los adolescentes son:

- Tabaco
- Alcohol
- Hachís

Entre los motivos más comunes que llevan a conductas adictivas y que, sin duda, generan el acercamiento, el consumo y la posterior adicción de nuestras/os adolescentes a las drogas son los siguientes:

- Curiosidad por probar algo distinto y ver sus efectos.
- Divertimiento.
- Distracción, para evadir así cualquier otro asunto que pueda acontecer en su vida y que le resulte desagradable.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- Evasión de una realidad desapacible o aburrida.
- Evasión de problemas en la escuela o en casa.
- Desinhibición ante una realidad hostil que no permite ser uno/a mismo/a.
- Falta de expectativas futuras, agudizadas por un entorno familiar desfavorable.
- Falta de información sobre las consecuencias a corto y largo plazo derivadas de esa conducta adictiva.
- Sentimiento de soledad ante una realidad familiar desagradable.
- Percepción de incompreensión por parte del círculo familiar y el Centro Docente, incluyendo al conjunto del profesorado.
- Abrazo o acercamiento al grupo de amigos como su círculo más cercano y comprensivo, con el consiguiente riesgo de mimetismo negativo con respecto al grupo social.
- Existencia de creencias normativas sobre el consumo de tales sustancias, tales como el hecho de creer que consumir tabaco, alcohol u otras va a ser bien visto por el resto.

Las drogas son una realidad hoy día y debemos ser conscientes, como docentes, de su existencia y sobre todo de la mejor manera de tratarla. El consumo de estas sustancias genera problemas fácilmente detectables no sólo en el entorno familiar sino también por el conjunto del profesorado en el Centro Docente. El consumo de drogas entre nuestro alumnado entorpece la vida en los Centros Docentes. De este modo, el/la adolescente que presenta una conducta adictiva se vuelve mucho más irritable y agresivo y sin posibilidad de controlar tales comportamientos. Esto, sin duda alguna, afecta a su rendimiento académico de forma considerable ya que presenta dificultades de concentración, pérdida de memoria y una clara incapacidad de razonar.

Uno de los roles más importantes en el desarrollo de realidades adictivas en los/as adolescentes es el grupo familiar. La vida familiar también se ve afectada en una manera importante, no sólo por el carácter



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

irritable que presenta el/la dependiente sino también porque muestra una pérdida de hábitos alimenticios y de higiene que hacen imposible la convivencia a su lado. En la actualidad, padres, madres y tutores disponen de un amplio abanico informativo que les puede ayudar a comprender mucho mejor esta realidad, capaces de proporcionar información, conocimientos, habilidades y estrategias que permitirán a los padres afrontar la responsabilidad de educar a sus hijos en la salud desde la infancia y hasta la adolescencia. Es por ello, que padres y madres deben recurrir a referentes que les proporcionen estrategias no sólo de actuación, sino más fundamentalmente, que les asesore en cómo pueden llegar a sus hijos/as sin provocar en ellos actitudes muy características en la etapa adolescente, tales como el rechazo o el alejamiento.

Como docentes, debemos asumir un grado de responsabilidad a la hora de informar y tratar a nuestros/as adolescentes con problemas de adicción. El primer principio básico del que debemos partir a la hora de elaborar un plan de prevención del consumo de tabaco entre las/os adolescentes es asumir la responsabilidad de que nuestras/os adolescentes consumen tabaco porque carecen de información suficiente sobre las consecuencias (a corto y largo plazo) derivadas de esa conducta. Por tanto, si se les proporciona tal información las probabilidades de que cualquier adolescente se involucre en esa conducta adictiva se reduce de forma considerable.

Ahora bien, la justificación de tal consumo entre adolescentes, no sólo se centra en una clara falta de información (innegable), sino también, y este punto es importante, en la existencia de una serie de creencias normativas sobre el consumo de tabaco.

Si nos basamos en estos dos principios teóricos, básicos y justificativos de la adicción al tabaco entre adolescentes, podemos afirmar que cualquier plan de prevención sobre el consumo de tabaco debe considerar y trabajar, entre otros, los siguientes puntos:

- El consumo de tabaco entre jóvenes se debe a que han desarrollado previo al acto de fumar la intención de hacerlo.
- El consumo de tabaco está más condicionado por las creencias normativas sobre su consumo que por la cantidad y calidad de la información que reciben las/os adolescentes sobre las consecuencias de tal adicción. De este modo, por ejemplo, creer que el hecho de que se consuma tabaco va a ser bien visto por las/os compañeras/os puede ser interpretado como un refuerzo positivo y previo a la conducta de fumar.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- El consumo de tabaco entre jóvenes está determinado por las expectativas percibidas de los demás sobre la importancia que otras/os jóvenes otorgan a tal conducta.
- Cualquier adolescente con intención de iniciarse al consumo de tabaco lo hace, entre otros motivos, porque ha desarrollado una serie de actitudes positivas hacia esa conducta y que ha percibido y tomado del círculo social en el que se desarrolla.
- La adicción al tabaco entre adolescentes viene también condicionada por el grado de consumo de las/os amigas/os y de los modelos de consumo observados en el hogar.

Como hemos podido leer, cualquier programa de prevención al tabaco debería centrar parte de sus esfuerzos en modificar y desmentir falsas creencias y estereotipos fijados sobre la aceptación social del consumo de tabaco y en proporcionar información sobre los efectos a corto y largo plazo que se derivan de tal consumo. Se debería por tanto, intentar desmontar las ideas prefijadas del tipo de que toda persona que fuma, bebe o consume cualquier otro tipo de sustancia es más aceptado socialmente, más respetado.

En este artículo en el que hacemos referencia a las adicciones entre adolescentes, también debemos hacer referencia a otro tipo de adicción muy común entre nuestros/as adolescentes: las conductas adictivas con respecto a los videojuegos. Sin lugar a dudas, es incuestionable que nuestras/os adolescentes muestran una actitud favorable y predispuesta a la utilización de elementos tales como la televisión o los videojuegos. Cada vez más, comprobamos que pasan horas y horas dedicándose a esta actividad. Es por ello que debemos conocer las posibles consecuencias de tales comportamientos.

Esta actitud les conduce a un asilamiento de su entorno social y afectivo y a una clara dependencia a estos dispositivos, ya que tales mecanismos les proporcionan una vía de escape y distracción importantes: se evaden de problemas en la escuela o en casa y se convierten en perfectos compañeros con los que pueden interactuar sin ser rechazados.

Esto equivale a afirmar lo siguiente:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

LARGA O MODERADA EXPOSICIÓN

+ TELEVISIÓN

+VIDEOJUEGOS

= CONDUCTAS ADICTIVAS.

Los siguientes puntos que a continuación adjuntamos se entienden como propuestas básicas para conseguir que cualquier adolescente modere y posicione la utilización de estos elementos adictivos y que se consiga un alejamiento de tales conductas adictivas y un acercamiento a ellos mismos y al desarrollo de todas sus capacidades.

- No permitir que videojuegos o televisión destrane lo importante: diversión con amigas/os, conversaciones con familiares o aficiones personales.
- Descargar la tensión acumulada durante la mañana realizando algún deporte, charlando tranquilamente con amigos/as o realizando alguna actividad en la que podamos tener un contacto directo con la naturaleza.
- Dedicar un tiempo limitado a ver televisión, de forma que fijemos un tiempo delimitado y diario para ofrecerle.
- No dejar tiempo suelto para el aburrimiento en casa, fomentando otros aspectos personales aportan aspectos positivos.
- Dedicar algo de nuestro tiempo a la realización de alguna tarea relacionada con el voluntariado en alguna de sus ramificaciones.
- Ramifica las actividades horarias de forma que tengas tiempo para ti.
- Coordinar y estructurar el tiempo de forma que podamos realizar todos nuestros deberes y que esto nos permita también disfrutar de tiempo libre al día.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- Utiliza tu dinero no sólo para comprar videojuegos sino también para comprar libros, música o salir con amigos.
- Fomenta gustos y aficiones personales y les dedica tiempo.
- Facilitar el diálogo en casa.
- Canaliza tu tiempo de forma que dediques algún rato a escuchar tu música favorita.
- No consideres la televisión o los videojuegos como premio por algún logro conseguido o para reponerte de algún fracaso.
- No hacer otras actividades de forma conjunta con ver televisión, como los deberes escolares o el estudio.
- Elabora un horario de tu tiempo de forma que queden días en los que no utilices la televisión o los videojuegos como elementos de ocio y diversión.
- No tener un televisor en espacios propios tales como habitación o sala.
- Comunicación.
- Promover la realización de actividades en las que formen parte todo el grupo familiar, tales como escapadas de fin de semana a algún lugar.
- Situar la televisión en el lugar menos importante de la casa, de forma que no interfiera en las comidas con la familia y se fomente el diálogo entre los miembros familiares.
- No permitir que la televisión desplace al diálogo con padres, hermanas/os o amistades.
- No Consentir que la televisión nos deje en casa cuando podemos salir a pasear o tomar el aire con amigas/os.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- No pasar por alto la importancia de los afectos, la creatividad propia y la diversión, otorgándole menos tiempo para cedérselo a la televisión o a nuestro videojuego favorito.

La adicción es algo que está al alcance en nuestra sociedad actual y que trae consecuencias importantes y graves en nuestros/as adolescentes. Es por ello que debemos actuar desde la prevención y desde la comunicación para tratar a tiempo cualquier problema que pueda surgir. Los Centros Docentes juegan un papel fundamental en la fase de prevención, es por ello que como tutoras/es de centros educativos, debemos proponer y promover distintos campos de actuación en la prevención, contando con la ayuda y el consejo de profesionales de dependencias, que existen y están a la disposición de ser requeridos. En el ámbito familiar, el diálogo continuo y fluido con nuestros/as hijos e hijas es relevante. Es a través de esta vía que conoceremos mucho mejor los hábitos de nuestros/as hijos e hijas.

4. CONCLUSIÓN.

En este artículo, he sumado alguno de mis conocimientos al respecto de las adicciones entre jóvenes, especialmente aquellas referidas a las drogas, para así poder desarrollar un enfoque mucho más práctico a la hora de tratarlo desde el aula, y desde el Centro Docente. Espero que os haya sido útil compañeros/as.

5. BIBLIOGRAFÍA.

- Costa, M., y López, E., (1996). *Educación para la Salud*. Madrid : Pirámide
- Secades. V. R. (1996). *Alcoholismo juvenil: prevención y tratamiento* . Madrid: Pirámide.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- Espada. S. J. P., Y MÉNDEZ CARRILLO, F.X. (2005). *Prevención del abuso del alcohol y del consumo de drogas de síntesis* . Madrid: Pirámide.
- Macía. A. D. (2003). *Drogas, ¿Por qué?* Madrid: Pirámide.
- Macía. A. D. (1995). *Las drogas: conocer y educar para prevenir* . Madrid: Pirámide.
- Macía A. D.(1986). *Método conductual de prevención de la drogodependencia* . Valencia: Promolibro.