



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 18 – MAYO DE 2009

“LA PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS EN EL ÁMBITO ESCOLAR: ESTRATEGIAS DE LA ACTUACIÓN ESCOLAR PREVENTIVA Y PROGRAMAS DE PREVENCIÓN ”

AUTORÍA JOSÉ MARÍA MUÑOZ VIDAL
TEMÁTICA EDUCACIÓN PARA LA SALUD
ETAPA ESO

Resumen

En la actualidad, y a pesar de la abundante información de la que la sociedad dispone, las edades de inicio en el consumo de drogas son cada vez más tempranas y el binomio “drogas-diversión” sigue fuertemente asociado, despreciando todo los indicadores de los efectos nocivos del alcohol, el tabaco y otras drogas. En este contexto la escuela, como institución formativa, tiene una posición de privilegio a la hora de prevenir el uso y abuso de drogas por parte de los más jóvenes. Este artículo repasa las principales estrategias de actuación escolar preventiva, así como las características de algunos de los programas de prevención más efectivos.

Palabras clave

Estilo de vida saludable

Conductas, comportamientos, actitudes

Habilidades sociales

Toma de decisiones

Presión del grupo de iguales

Conocimiento de consecuencias

Alternativas de ocio



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007

Nº 18 – MAYO DE 2009

1. PREVENCIÓN Y ESCUELA

Para la prevención del consumo de drogas se necesita incidir en la influencia de los factores de riesgo de tal consumo. El estilo de vida actual favorece que padres y madres no dediquen a sus hijos el tiempo que tendrían que dedicarles para su desarrollo y madurez, incluso presentando ante sus hijos, en numerosas ocasiones, un ejemplo con su conducta poco coherente con el mensaje de intolerancia hacia el consumo de drogas ya que ellos mismos beben y fuman. Como no dedican a sus hijos el tiempo que tendrían que dedicarles para su desarrollo y madurez, delegan una vez más su papel en los profesores, que en cuanto asumen su papel de educadores detectan incluso antes que los padres los problemas de consumo de drogas u otros problemas emocionales. En este contexto el profesor pasa a tener una posición “de privilegio” para estimular y orientar al joven en la etapa de la adolescencia, etapa de inseguridades en la que podrán influir de forma determinante a favor de la prevención del consumo de drogas.

Desde el momento en el que la escuela funciona como institución educativa que es, ya está haciendo prevención pues fomenta la adquisición de valores, actitudes y conductas saludables, luchando contra el consumo de drogas de la forma más eficaz que no es otra que la prevención. Para ello no se puede olvidar la necesidad de una enseñanza de calidad dentro de un marco como es un sistema educativo que mejora de manera progresiva y continua, para lo cual debe mantener unas características como son:

- La capacidad para compensar las desigualdades sociales y culturales de los diferentes alumnos.
- La flexibilidad para adaptarse a las exigencias de una sociedad compleja y muy tecnificada.
- La capacidad para favorecer el desarrollo personal y cubrir las necesidades de los estudiantes.
- La consecución de objetivos como la reducción del abandono y fracaso escolar, la elevación de los niveles de rendimiento y la adquisición de conocimientos y habilidades de los alumnos.
- La variedad de la oferta educativa.

Algunos factores de la prevención son abordables en el ámbito familiar (baja autoestima, baja asertividad, baja conformidad con las normas sociales...) sin embargo para completar la acción de los padres una parte importante de la acción preventiva se reserva al ámbito escolar. Al ser la prevención un proyecto común en el que toda la comunidad educativa (padres y madres, profesores/as y alumnos/as) debe estar implicada, los padres deben ofrecer su apoyo a los educadores y la escuela debe ofrecer a los padres programas educativos bien contruidos.

Así para que la institución escolar pueda completar la acción de los padres y madres mediante una intervención más tecnificada, deberá aplicar los principios preventivos adecuados, para lo cual deberá tener en cuenta los siguientes aspectos:

- La atención a la educación para la salud, integrando la educación sobre drogas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

- La adaptación de la instrucción a las diferencias individuales para ver la posibilidad de satisfacer los intereses y las necesidades de cada alumno/a en particular.
- La atención especial a los niños/as problemáticos, con la identificación temprana de aquellos que pueden experimentar dificultades e inadaptaciones.
- Los programas de actividades fuera del ámbito del aula.
- La mejora continua en los métodos didácticos con la necesaria planificación del trabajo, el estudio y la orientación.

Entre las diferentes ventajas que hacen de la escuela un marco perfecto para abordar el problema de las drogodependencias desde un punto de vista preventivo hay que destacar:

- a) Al estar en un sistema de enseñanza obligatoria la función preventiva alcanza a la práctica totalidad de los jóvenes y además justo en las edades de inicio en el consumo.
- b) La asistencia a la escuela es un factor que, independientemente de la aptitud con la que se realiza, los alumnos/as tienen asumido como necesario para su formación.
- c) Los niños/as están en la escuela la mayor parte de su tiempo, en manos de personas preparadas para su educación y en la edad en la que su capacidad de aprender es mayor.
- d) Los profesores en la escuela tienen la posibilidad de ser formados en las materias específicas que se pretenden abordar y de esta forma poder organizar programas adecuados al perfil de los diferentes alumnos.
- e) La escuela cuenta con la infraestructura necesaria para la educación y es un nexo de unión a la hora de conjuntar los esfuerzos de las demás instituciones sociales.

2 ESTRATEGIAS DE LA ACTUACIÓN ESCOLAR PREVENTIVA

El origen de toda intervención escolar en materia de prevención de drogodependencias tiene su piedra angular en el concepto de salud abarcando tanto su vertiente de salud general como también la salud mental, entendiendo que la salud depende de tres tipos de factores: biológicos, psicológicos y sociales, que se hallan en continua interacción, por lo que la salud debe ser abordada de forma interdisciplinar, mediante la colaboración de los profesionales de las tres disciplinas: médicos, trabajadores sociales, enfermeros, educadores, psicólogos, etc. Se parte de la promoción de la salud, incitando de manera temprana a que cada persona sea responsable de su propia salud, y por consiguiente de la colectiva.

Ya que el termino salud ha dejado de ser la ausencia de enfermedad para abarcar un concepto más amplio como el de “estado de completo bienestar físico mental y social” (OMS; 1946) se hace necesario la integración de actividades como la educación, el tiempo libre, la calidad medioambiental y el bienestar social en los colectivos que colaboran por la salud de la comunidad.

Es un hecho demostrado que la educación y la información modifican la actitud y la conducta de las personas, y el terreno de la salud no es una excepción, por lo que las posibilidades de modificar estilos de vida con la educación para la salud hacen pensar en un futuro prometedor en los objetivos y metas de la salud pública mediante las estrategias de intervención adecuadas para el cambio de conductas.

C/ Recogidas Nº 45 - 6ºA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

La relación entre la salud y las conductas o costumbres del ser humano es inequívoca. Uno u otro estilo de vida condiciona en gran medida el deterioro de la salud y/o las posibilidades de enfermar. Ejemplos claros de ello son los desordenes alimenticios, la vida sedentaria (sin ejercicio físico), el consumo de drogas como el alcohol, el tabaco u otras, el desatender los consejos de los profesionales de la medicina o la automedicación, el incumplimiento de normas de tráfico... etc. Todos ellos son comportamientos que de ser modificados incidirían de gran manera en la reducción de las cifras de las principales causas de muerte en los países desarrollados.

Las diferentes estrategias de actuación preventiva tienen siempre como objetivo el evitar la aparición de comportamientos que favorezcan en mayor o menor medida el deterioro de la salud. Promocionando la salud se pretende fomentar en las personas y sus colectivos o comunidades conductas a favor de la salud y del desarrollo de una cultura de la salud. Tradicionalmente prevenir significaba inmunizar contra enfermedades contagiosas pero ahora significa cambiar actitudes y modificar los entornos en los que se producen. Así las estrategias dirigidas a la modificación de comportamientos son aquellas en las que se da la información sobre estilos de vida saludables y se ayuda a la adopción de los mismos.

Las características fundamentales de la psicología de la modificación de la conducta son las siguientes:

- a) Énfasis de la intervención en el sistema, es decir, se busca como punto de incidencia directo el colectivo social y su ambiente que en las personas, en las que se incide indirectamente.
- b) Actuaciones dirigidas al cambio de comportamiento, actitudes... de forma preventiva.
- c) La concepción de conducta como comportamiento aprendido por la experiencia en un contexto.
- d) Objetivos de salud basados en comportamientos analizables y en conductas medibles.
- e) Asunción de los principios del modelo de competencias.

En la actuación escolar preventiva el marco teórico descrito se traduce en la promoción del desarrollo psicosocial del joven, proporcionando a aquellos que no consumen drogas las herramientas teóricas y técnicas para que desarrollen las habilidades que les permitan poder decidir de forma correcta y autónoma en cualquier situación relacionada con la problemática del inicio al consumo de drogas. Aquí se distinguen dos líneas de actuación:

- Por un lado la introducción de cambios en los aspectos propios del contexto de actuación. Es decir en el entorno del inicio al consumo: familia, colegio, grupo de iguales, barrio, comunidad... mediante el trabajo con madres y padres, profesores y otros agentes sociales.
- Por otro lado el trabajo con los jóvenes para que valoren el estilo de vida saludable y para que adopten posturas no favorables hacia el consumo de drogas mediante estrategias que les aporten la capacidad de comportarse con libertad independientemente del medio en el que se encuentren.

En las dos es fundamental trabajar las habilidades sociales por lo que se trabajan en la formación y entrenamiento de padres y profesores y en el fomento de la conducta social de los jóvenes ya que está demostrada la relación entre las competencias sociales en la etapa infantil y el posterior desarrollo

C/ Recogidas Nº 45 - 6ºA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

psicológico, además de ser necesarias para la adaptación a la vida cotidiana. Es por ello que la intervención en materia de prevención debe empezar en la Educación Primaria junto a la Educación para la Salud. En esta etapa las actuaciones, inespecíficas todavía, se trabajan a través del entrenamiento de padres y profesores e interviniendo sobre los alumnos en las habilidades sociales. Y en la etapa de Educación Secundaria Obligatoria ya con acciones específicas formativas e informativas y junto con alternativas de tiempo libre.

Un aspecto que hay que tener presente es la discordancia entre actitud y conducta en el sentido de que muchos jóvenes con actitud contraria al consumo de drogas sí aceptan cuando se les ofrece droga, ya sea tabaco, alcohol u otra droga ilegal. Es decir la actitud antidroga no asegura la abstinencia en el consumo. Esto sucede porque en el momento de la oferta aparecen nuevas variables que no se han tenido en cuenta en el momento de crear la convicción. Es por ello que el objetivo fundamental en el trabajo preventivo con los jóvenes es el desarrollar la capacidad de decidir y para ello hay que saber identificar las situaciones en las que hay que tomar una decisión, aprendiendo estrategias que les permitan:

- Reconocer las situaciones en las que se le puede ofrecer droga para consumir, y anticiparse a ellas.
- Reconocer la presión que el grupo de iguales puede ejercer por la necesidad de agradar o de sentirse parte del mismo, con la aceptación del integrado.
- Tener claras las consecuencias de las decisiones, tanto en la opción de consumir como en la de no hacerlo.

Para la práctica de habilidades sociales se pueden hacer ensayos de las situaciones en las que serán necesarias poner en práctica los comportamientos aprendidos. Al principio será necesario evaluar las creencias y actitudes propias de los alumnos/as, las que hay que modificar, y así encontraremos:

- “Las drogas no perjudican la salud, solo las ilegales son realmente peligrosas”. En general los alumnos y alumnas consideran que el consumo esporádico u ocasional no afecta a la salud. Es básico que conozcan los efectos nocivos tanto de las legales como de las ilegales.
- “Las drogas no afectan al rendimiento escolar ni perjudican la práctica deportiva”. Al hilo del punto anterior, hay que hacer hincapié en los ejemplos de sus actividades habituales.
- “Las drogas no generan hábito”. Los alumnos y alumnas desprecian la dependencia que el uso de drogas les puede ocasionar ya que consideran podrían dejar de consumir alcohol o tabaco simplemente con proponérselo.
- “Las drogas llegan por medio de personas desconocidas sin escrúpulos”. Es frecuente que crean que el ofrecimiento de drogas llega por extraños a los que no les importa su salud, pequeños traficantes, drogadictos o delincuentes, cuando en general son amigos o compañeros los que hacen el primer ofrecimiento.
- “El consumo de drogas es una exigencia social”. Temen al rechazo si no consumen, sin conocer otros medios de aceptación / integración en el grupo de iguales.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

3. LOS PROGRAMAS ESCOLARES DE PREVENCIÓN

Un programa preventivo es un conjunto de actuaciones que tiene como objetivo específico impedir o retrasar la aparición de conductas de consumo, uso y abuso de drogas. Los programas que persiguen reducir el consumo se denominan “de reducción de la demanda” y suelen realizarse en instituciones educativas o a través de los medios de comunicación, a diferencia de las actuaciones preventivas que tratan de disminuir la disponibilidad de la sustancia en el medio en que se mueven los destinatarios, conocidas como de reducción de la oferta, reservadas a organismos políticos, legislativos y policiales.

3.1 Eficacia de los programas en la escuela

Hasta la fecha la mayor eficacia en los programas escolares de prevención de drogodependencias la han conseguido aquellos programas compuestos por una variedad de procedimientos, siempre teniendo en cuenta al factor de la presión del grupo de iguales como uno de los puntos de trabajo más importantes, entre los que además encontramos los siguientes aspectos:

- a) Enseñar habilidades en la toma de decisiones y en concreto a decir “no” a la oferta de drogas.
- b) Desarrollar habilidades sociales y de comunicación, así como alternativas sanas al consumo.
- c) Potenciar la adopción de estilos de vida saludables.
- d) Identificar grupos de compañeros que promuevan y practiquen la abstinencia de drogas y trabajar las habilidades para resistir la presión del grupo de iguales.
- e) Informar sobre los efectos nocivos del consumo de drogas y modificar las creencias erróneas.
- f) Establecer compromisos personales.

Por tanto además del entrenamiento de habilidades de afrontamiento, los programas de prevención deben promover normas sociales que reduzcan la motivación social de los adolescentes para comenzar a consumir drogas.

3.2 Ejemplos de programas preventivos escolares

1 LST, Life Skill Training, Entrenamiento de Habilidades para la vida

El programa LST es un exitoso programa de prevención de consumo de alcohol, tabaco y marihuana implantado en colegios del Estado de Nueva York, desarrollado por Botvin (1995) según el modelo que establece que una prevención efectiva requiere trabajar habilidades relacionadas con las drogas, conocimientos, actitudes y expectativas para resistir la influencia hacia el consumo y habilidades sociales y personales genéricas que promuevan su desarrollo y reduzcan el riesgo. Se trabaja el ensayo de conductas, proporcionando información sobre las consecuencias del uso y abuso de drogas y dando a conocer tanto las técnicas para resistir la presión de los iguales como de la publicidad.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

2 AAPT, Adolescent Alcohol Prevention Trial, Ensayo de Prevención del Alcohol en Adolescentes

Este programa ha sido llevado a cabo por Donaldson y cols. (1994) en 124 escuelas de California. El programa escolar, orientado a la prevención del consumo de drogas en general, combina información sobre las consecuencias de su uso, la educación normativa diseñada para combatir las presiones sociales pasivas y los efectos de los modelos sociales y el entrenamiento de habilidades para rechazar ofertas de consumo.

Los buenos resultados del proyecto señalan la eficacia del empleo del entrenamiento en habilidades sociales y de la corrección de las creencias normativas para la prevención del uso de drogas.

3 Programa “Tú decides”

Este programa de educación sobre drogas, de Calafat (1985), dirigido a alumnos de secundaria, se compone de sesiones de preparación formativa para los profesores y de lecciones con alumnos que incluyen cómo ayudar a otros compañeros. El método de trabajo consiste en discusiones de grupo, representación de escenas y elaboración de trabajos de investigación.

4. Programa “Saluda”

Es un programa innovador diseñado por Espada y Méndez (2003), para la prevención del abuso del alcohol y del consumo de drogas de síntesis. La formación de los jóvenes se realiza mediante la refutación de los mitos sobre las drogas de fin de semana, la crítica de la publicidad engañosa, la mejora de las relaciones personales, el fomento de alternativas de ocio y tiempo libre, la resolución de problemas y el compromiso con un estilo de vida saludable.

El programa se puede aplicar en aulas de colegios e institutos al estar disponible en forma de un libro, en el que se describe la lógica, los objetivos, los componentes, la metodología y el contenido de las sesiones, más un CD-rom que incluye el material necesario para su aplicación: transparencias para el monitor, cuaderno de actividades para los participantes, cuestionarios de evaluación, etc.

Está dirigido a jóvenes que comienzan a salir de marcha y que se van a enfrentar al reto de decidir si consumir o no las distintas drogas que se van a encontrar. Dentro del contexto del ocio, durante los últimos años han tomado presencia las llamadas drogas recreativas, principalmente el alcohol y las pastillas. Las pautas de consumo juvenil de drogas han ido cambiando a lo largo de los años. Aunque las drogas legales (alcohol y tabaco) continúan siendo las sustancias más consumidas, la edad de inicio ha ido disminuyendo, oscilando según los estudios entre los 13 y los 16 años. Por otro lado, el consumo se concentra cada vez más en el fin de semana. El consumo de drogas puede tener básicamente dos funciones: obtener gratificación o reducir el malestar.

En los últimos años, se ha popularizado el consumo de las drogas de síntesis, entre los que destaca el “éxtasis”, un derivado anfetamínico. La mayoría de las personas que probaron esta droga o hicieron

C/ Recogidas Nº 45 - 6ºA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

por las expectativas despertadas por amigos o medios de comunicación, que la presentan como una sustancia estimulante, de baja peligrosidad y con propiedades afrodisíacas.

El programa Saluda tiene dos objetivos generales: por un lado retrasar en los participantes la edad de inicio al consumo de alcohol. Al estar el organismo del adolescente en pleno desarrollo se ve afectado por las drogas en mayor medida que el de los adultos, por lo que atrasar la ingesta de alcohol y otras drogas beneficia dicho desarrollo. Y por otro lado reducir el consumo abusivo de alcohol y de drogas de síntesis. El programa pretende enseñar a convivir con las drogas, distinguiendo el uso del abuso y promoviendo un consumo responsable y saludable del alcohol y la abstinencia de las drogas de síntesis.

Para la consecución de estos objetivos se plantean objetivos específicos formativos y de modificación de comportamientos:

- Conocer los efectos negativos a corto plazo del alcohol y las drogas de síntesis, y los factores de riesgo de su abuso.
- Reconocer las estrategias publicitarias para promover actitudes favorables al consumo de alcohol, fomentando una postura crítica.
- Analizar las motivaciones del consumo juvenil de alcohol y drogas de síntesis.
- Modificar la percepción de los participantes con respecto a la prevalencia del consumo de alcohol y otras drogas legales.
- Desarrollar la capacidad de relacionarse positivamente con los demás sin recurrir al alcohol.
- Aprender a escuchar activamente, conversar y expresar opiniones.
- Trabajar la capacidad de resistir la presión del grupo, especialmente en situaciones relacionadas con el consumo de drogas durante el ocio.
- Conocer las ofertas para el tiempo libre en la ciudad.
- Aplicar el método de resolución de problemas para valorar las ventajas e inconvenientes de abusar del alcohol y consumir drogas de síntesis.

En función de las distintas motivaciones para el abuso de drogas de fin de semana, personales y sociales, en el programa se proponen los componentes que conforman la estructura del programa: estrategias de resolución de problemas, fomento de las actividades de ocio saludable, habilidades de resistencia a la presión y habilidades sociales, estructurados en diez sesiones de aproximadamente una hora, para grupos que no deberían exceder de veinte participantes.

Un aspecto importante es la actitud del monitor ante las drogas. No es recomendable que la actitud del monitor en el programa sea manifiestamente favorable al consumo de drogas ni tampoco intolerante con el consumo o los consumidores, ya que esto podría generar que los participantes tiendan a responder a las expectativas del monitor, o bien adoptar posturas enfrentadas. Es recomendable que se muestre neutral ante los participantes, permitiendo así la expresión sincera de opiniones.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 18 – MAYO DE 2009

4. BIBLIOGRAFÍA

Rubio, G., Santo-Domingo, J. (2004). *Todo sobre las drogas. Información objetiva para decidir y prevenir*. Ediciones Martínez Roca.

Cangas, A.J.; Maldonado, A.L., López, M. (2002). *Manual de Psicología Clínica y General, Vol. II*. Editorial Alborán.

Costa, M., y López, E., (1996). *Educación para la Salud*. Ediciones Pirámide.

Maciá Antón, D. (1995). *Las drogas: conocer y educar para prevenir*. Ediciones Pirámide.

Secades Villa, R. (1996). *Alcoholismo juvenil: prevención y tratamiento*. Ediciones Pirámide.

Maciá Antón, D. (2003). *Drogas, ¿Por qué?*. Ediciones Pirámide.

Maciá Antón, D. (1995). *Método conductual de prevención de la drogodependencia*. Ed. Promolibro.

Espada Sánchez, J.P. ; Méndez Carrillo, F. (2005). *Prevención del abuso del alcohol y del consumo de drogas de síntesis*. Ediciones Pirámide.

<http://www.monografias.com>

<http://www.tododrogas.net>

Autoría

- Nombre y Apellidos: José María Muñoz Vidal
- Centro, localidad, provincia: Córdoba
- E-mail: jmmvidal@hotmail.com