



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 19 – JUNIO DE 2009

## “LA DROGADICCIÓN Y LA PREVENCIÓN”

AUTORÍA <b>M<sup>a</sup> DEL PILAR VALSECA MARTÍN</b>
TEMÁTICA <b>DROGAS</b>
ETAPA <b>EI, EP, ESO, BACHILLERATO...</b>

### Resumen

Las drogas existen en todas las sociedades por lo que es necesario que las personas conozcan sus riesgos de forma clara y objetiva. Esta acción informativa es necesaria, pero no suficiente.

Si no damos una información adecuada por miedo a despertar curiosidades, realmente estamos fomentando esa curiosidad, y además nos arriesgamos a que se busque información a través de otras fuentes, quizás no lo suficientemente preparadas para darla.

Algunas de las señales de riesgo se pueden ver tan temprano como en la infancia o en la niñez, tal como la conducta agresiva, la falta de auto-control, o un temperamento difícil. Cuando el niño crece, las interacciones con la familia, la escuela y en la comunidad pueden afectar su riesgo para el abuso de drogas en el futuro.

### Palabras clave

- Drogas.
- Clases de drogas.
- Factores de riesgo.
- Factores de protección.
- Prevención.
- Programas de prevención.

## 1. ¿QUÉ SON LAS DROGRAS?

Las drogas intervienen en la vida de mucha gente: los analgésicos, los remedios contra la indigestión, las aspirinas, la cafeína, la nicotina, el alcohol,... todo ello son drogas que forman parte del hábito de muchas personas.

Las drogas, aunque sean ingeridas en cantidades mínimas, perjudican a nuestro organismo. Dentro de este tipo de sustancias se pueden distinguir entre compuestos que afectan somáticamente, como la penicilina o la cortisona, y los que afectan no sólo somática sino también psicológicamente. Este último grupo, que afecta al sistema nervioso, es el que vulgarmente recibe el nombre de “drogas”.

No obstante, se entiende por droga no solamente las que afectan al sistema nervioso, sino todas las demás, del mismo modo que no se entiende por drogas solamente las que son ilegales, sino también las legales.

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud) la droga es “ toda sustancia, terapéutica o no, que introducida en el cuerpo por cualquiera de los mecanismos clásicos o nuevos de administración de los medicamentos, es capaz de actuar sobre el sistema nerviosos central del individuo hasta provocar en él una alteración física o intelectual, la experimentación de nuevas sensaciones o la modificación de un estado psíquico”.



### 1.1. Clases de drogas.

En general las drogas pueden clasificarse en tres categorías:

- Drogas sociales legales, como el alcohol, la nicotina y la cafeína.
- Drogas medicinales legales, como los calmantes y tranquilizantes.
- Drogas ilegales y prohibidas, como la cocaína, la heroína, la marihuana, etc.

Las drogas se pueden catalogar siguiendo distintos parámetros.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 19 – JUNIO DE 2009

Normalmente cuando se habla de drogas se establecen los siguientes grupos:

- Narcóticos.
- Depresores.
- Estimulantes.
- Alucinógenos.
- Esteroides anabólicos.

Cada grupo tiene características similares y a menudo producen efectos parecidos.

Con la excepción de los esteroides anabólicos, las drogas de las otras clases son utilizadas para cambiar sentimientos, pensamientos o sensaciones. Por ejemplo, muchas de estas drogas son utilizadas para aliviar dolores, ansiedades o depresiones. Algunas incitan al sueño y otras a la actividad. Esto se debe a que actúan en el sistema nervioso central (cerebro y médula espinal).

Cuando las drogas son consumidas de forma distinta a lo que establecen los patrones médicos y sociales, el consumo de la droga pasa a tener una connotación negativa para el individuo que las consume.

## 1.2. Factores de riesgo.

Es complicado definir una causa del abuso de sustancias. La conducta asociada al consumo de drogas está influida por múltiples factores, de forma que nunca puede identificarse una sola causa o establecerse relaciones simples de causa-efecto.

Los factores de riesgo son aquellas características de la sustancia, de la persona o del ambiente que incrementan la probabilidad de que un individuo se inicie en el consumo de drogas, y que, por consiguiente, le cause problemas importantes.

Los factores de riesgo se clasifican en tres:

- Factores de riesgo vinculados a la sustancia.
- Factores de riesgo vinculados al propio individuo.
- Factores de riesgo vinculados al ambiente y contexto social.

Conviene señalar que no existe una causalidad directa entre los factores de riesgo y el consumo de drogas, se trata de una cuestión de probabilidad, resultante de la combinación e interacción entre ellos.

Los factores de riesgo pueden provenir de:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 19 – JUNIO DE 2009

- **El medio educativo:** costumbres de trato a los alumnos duras o arbitrarias, falta de vínculos afectivos en el colegio, facilidad para conseguir sustancias peligrosas en los edificios del colegio,...
- **El individuo:** fracaso escolar, hábitos de vida inadecuados, baja autoestima, problemas emocionales y psicológicos en general, falta de autocontrol, de seguridad en sí mismo y, actitud de rechazo hacia sus semejantes.
- **Las relaciones con el grupo:** relación con delincuentes de la misma edad que consumen o valoran las sustancias peligrosas, relación con gente de la misma edad que rechaza las actividades y pasatiempos corrientes. Dejarse llevar por las malas influencias (presión de grupo).
- **La familia:** aislamiento social de la familia, falta de disciplina y supervisión del niño, conflictos familiares y violencia doméstica, falta de cohesión familiar, etc.
- **Los determinantes socio-culturales:** pobreza, paro y subempleo, normas poco claras, falta de cumplimiento de la legislación existente y permisividad social del consumo, servicios y oportunidades de ocio, tiempo libre, cultural, laboral, etc. para la juventud inadecuados para el fomento de las relaciones sociales,...

### 1.3. Factores de protección.

Los factores de protección son aquellas circunstancias personales o ambientales que van a dificultar que el individuo se convierta en consumidor. Ante las mismas circunstancias de posibilidad de consumo, algunos individuos parecen estar dotados de mejores defensas y les es más fácil tomar decisiones que les alejen de la adicción.

Cuanto más factores de protección se presenten en el entorno de una persona, menos riesgos correrá de iniciarse en el consumo de drogas. Por ejemplo: si un adolescente recibe afecto de sus padres y logra comunicarles sus dudas, temores e inquietudes, es buen estudiante y sus padres saben escucharlo y acompañarlo, el adolescente tendrá la capacidad de saber qué le hace daño y cómo protegerse.

Aunque, en la actualidad, con la cantidad de factores de riesgo que nos encontramos no existe ninguna persona o grupo social que sea lo suficientemente fuerte, maduro o seguro para encontrarse libre de riesgo.

Algunos de los factores de protección que pueden ayudar a una persona a evitar el consumo de drogas, son:

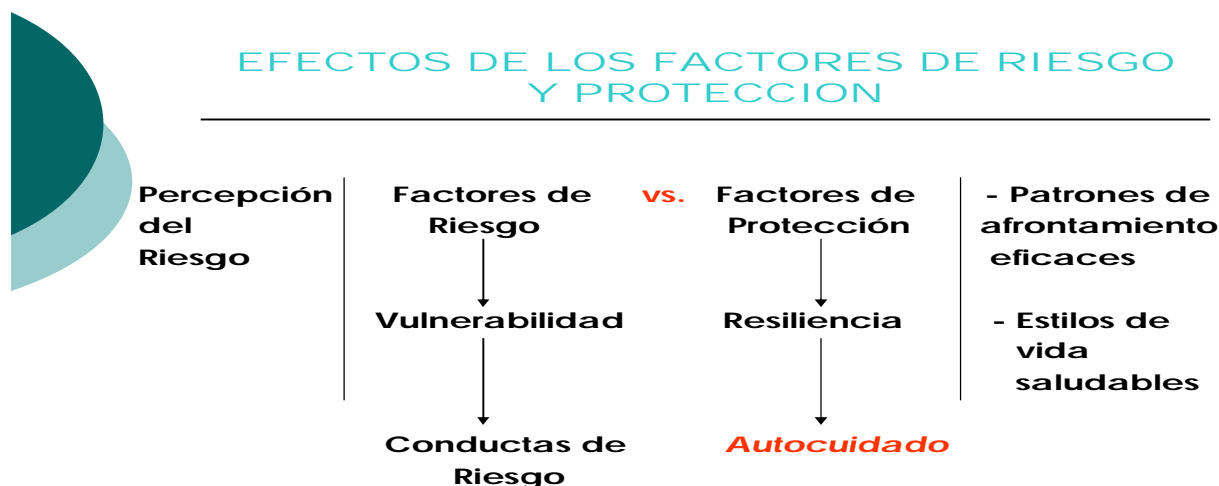
- **A nivel individual:** buenas dotes de comunicación, sentido de la responsabilidad, empatía, generosidad, sentido del humor, habilidad para resolver problemas, sentido de la autonomía, tener buenos propósitos y pensar en el futuro (motivación), ser disciplinado, ...



**INNOVACIÓN  
Y  
EXPERIENCIAS  
EDUCATIVAS**

ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 19 – JUNIO DE 2009

- **En la familia:** que los padres atiendan los intereses de sus hijos, participación de los padres en los deberes y actividades de sus hijos, dar márgenes de confianza, tener altas expectativas de los padres, claras y consistentes, vínculos afectivos entre los miembros de la familia, etc.
- **En el grupo de amigos:** relación con gente de la misma edad que participa en actividades escolares, de esparcimiento, de servicio y otros tipos de actividades organizadas.
- **En la escuela:** participación, responsabilidad y relación de los jóvenes con las tareas y decisiones del colegio, altas expectativas por parte del personal del colegio, hábitos y normas claras de comportamiento,...
- **En la sociedad:** aumento de la edad legal de compra de alcohol y hacer cumplirla, endurecer las leyes de conducción bajo los efectos de una droga, disminución de la accesibilidad, etc.



## 2. LA ESCUELA Y LAS DROGAS.

La educación sobre las drogas en general es algo más que enseñar los efectos de tales drogas. Significa educar a los alumnos y alumnas para que potencien su autoestima, para que tomen decisiones responsables, para que mantengan relaciones constructivas con los demás, etc.

La escuela no es solo un lugar donde se adquieren conocimientos, sino que sirve también para adquirir aprendizajes relacionados con la conducta social, aprendizajes afectivos y actitudinales que son necesarios para enfrentarse adecuadamente al consumo de drogas. La finalidad de la educación es el desarrollo personal, intelectual y social del individuo, es decir, el desarrollo integral de la persona, y por eso debemos prestar especial interés a aquellos síntomas, entre los que se encuentran los problemas con drogas, que indiquen que dicho desarrollo no se está produciendo correctamente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 19 – JUNIO DE 2009

Un clima escolar sano es el soporte adecuado para poder llevar a cabo la prevención de drogas. No se conseguirá afrontar correctamente la prevención del abuso de drogas si la escuela no cumple los objetivos educativos que se propone.

### **2.1. Prevenir el consumo de drogas.**

Prevenir un problema significa actuar antes de que éste surja, evitando así su aparición. Ello supone haber identificado previamente las causas e incidir sobre todas ellas.

La mayoría de las intervenciones dirigidas a prevenir el consumo de drogas pretenden alguna o varias de estas acciones:

- Disminuir la subsistencia de las drogas.
- Retrasar la edad de inicio en el uso de estas sustancias.
- Reducir los usos problemáticos de las drogas.
- Prevenir o disminuir los daños asociados al consumo de drogas.

Los programas de prevención de drogodependencia son un conjunto de actividades coordinadas entre sí, una serie de recursos adecuados y unos objetivos generales y específicos relacionados con la prevención del consumo de drogas en una población determinada.

La base de la mayoría de los programas preventivos es la educación y la formación en valores. Normalmente se dirigen a niños y jóvenes, con especial atención a los grupos más indefensos de la población.

Los programas preventivos deben ser desarrollados sobre todo en el ámbito escolar, familiar, laboral y de la sociedad y en los medios de comunicación.

En los centros educativos existe toda una labor de sensibilización, formación y diseño de programas que tienen como finalidad de promover determinados aspectos del individuo.

El centro educativo debe trabajar para que los profesores, padres y alumnos participen de forma activa en el desarrollo de estos programas.



## 2.2. Programas de prevención de drogodependencia.

A continuación comentaré algunos programas que se están llevando a cabo en determinados centros educativos:

### - *“El Entrenamiento en Habilidades de Vida”.*

Este programa consiste en 17 unidades, diseñadas para sesiones de 45 minutos. Cada unidad contiene una meta principal, objetivos para el alumnado y actividades a realizar en el aula. El profesorado tiene que facilitar la discusión de los temas relevantes, que se tratan en las distintas unidades y promover la adquisición de habilidades personales y sociales específicas. Para ello se utilizan distintas técnicas de dinámica de grupos, de debate, de sugerencia de ideas, juego de roles.

### - *“Los Títeres también educan en Salud”.*

Es un programa lúdico-cultural que se enmarca dentro de las actuaciones del I Plan Insular sobre drogas de la isla de La Palma.

El fin último de este proyecto es que, una vez terminada la representación, el profesorado de los cursos trabajen con sus alumnos diferentes aspectos tratados en la obra. Para ello se ayudarán de un guión elaborado por los técnicos en prevención.

Se utiliza una metodología lúdica y participativa ya que lo que se busca es provocar el interés del grupo y el aprendizaje a partir de la vivencia.

### - *“Sin Tabaco-Sin Alcohol”.*

El Programa Sin Tabaco-Sin Alcohol surge por la necesidad de abordar la prevención de las drogodependencias. A través de 6 tutorías dedicadas al tabaco y al alcohol se pretende analizar aspectos básicos de estas dos sustancias y cómo su uso puede dañar la salud. Tutorías cuya actividad central se basa en diferentes dinámicas: lluvia de ideas, experimentos, trabajo en grupo, análisis de frases...



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 19 – JUNIO DE 2009

- *Programa de prevención Universal: “ENTRE TODOS”.*

Este programa facilita la formación del profesorado para que sea el agente activo que desarrolle el programa en el aula. Aborda especialmente la prevención de las consideradas drogas legales (Alcohol y Tabaco).

Posee un programa familiar paralelo a las actividades que se realizan en la clase con los alumnos.

- *“Programa Ítaca”.*

Se trata de una amplia iniciativa que se concreta en tres actuaciones diferenciadas de prevención en el ámbito escolar, dirigidas a reforzar y a potenciar los programas actualmente en funcionamiento. Por edades, abarcan todas las franjas de la población escolar, desde los más pequeños hasta los jóvenes de 18 años.

Estas tres actuaciones son las siguientes:

- El primero de estos programas es “El secreto de la buena vida”. Se trata de una iniciativa de sensibilización de la población escolar cuyo eje es un concurso basado en un juego en CD-ROM. El juego consiste en un viaje virtual por las comunidades autónomas en las que el jugador tiene que descubrir un secreto, “el de la buena vida”. Se trata de una aventura en la que el personaje se enfrentará a distintas situaciones y deberá superar varias pruebas para llegar hasta el final. Sólo los que hayan conseguido completar el viaje comprenderán el sentido del secreto buscado, el de una vida que les ayudará a vivir plenamente sin drogas.
- La segunda iniciativa se denomina Guía de prevención selectiva en recursos educativos y formativos: Taller Odisea. Con este programa se pretende desarrollar un plan de prevención en los centros y facilitar a los profesores herramientas pedagógicas de actuación para intervenir en un colectivo que, por su edad y con los actuales patrones de consumo, tiene más posibilidades de haberse encontrado con el mundo de las drogas y que, por tanto, está en mayor riesgo frente a éstas. Las medidas preventivas se extienden a las familias y a los recursos comunitarios de la zona.
- La tercera de las actuaciones es el programa Argos. Se trata de un programa que tiene como objetivo incorporar a los profesionales sanitarios, que constituyen un referente en la información de calidad sobre drogas, a la prevención de la drogodependencia en escolares de enseñanzas primaria y secundaria obligatorias. El programa Argos pretende incrementar la eficacia de los programas de prevención que se aplican actualmente mediante el apoyo de profesionales sanitarios de los centros de salud y/o de los recursos asistenciales de los planes de drogas.





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 19 – JUNIO DE 2009

### 3. ACTIVIDADES.

#### ACTIVIDAD 1: “LAS DROGAS A TRAVÉS DEL CINE”.

El cine da la posibilidad de ser utilizado en las aulas de dos maneras fundamentales: como instrumento técnico de trabajo, en primer lugar y como sustento conceptual, ideológico y cultural, por otro.

Como instrumento técnico de trabajo, sirve de punto de partida para conocer diversos modos de acceder a la sociedad y descubrir la realidad. Las técnicas propias del lenguaje cinematográfico son un soporte ideal para iniciarse en la investigación de hechos, novedades y formas de comportamiento social.

Como sustento conceptual, ideológico y cultural, lo que presenta en cine es normalmente reflejo de la misma vida.

Con esta actividad podemos o pretendemos facilitar el diálogo con los alumnos, promover la reflexión, formar personalidades capaces de enfrentarse adecuadamente al consumo de drogas, favorecer el desarrollo de actitudes y valores favorables a la salud y la ocupación del tiempo libre, favoreciendo la afición al cine como alternativa de ocio.

Esta actividad consiste en la proyección de varias películas en las que se contemplarán contenidos temáticos relacionados con las drogas, los valores, las relaciones interpersonales y familiares, los estilos de vida saludables, la presión de los iguales en la adolescencia y el consumo de drogas, la reinserción, etc.

Antes de iniciar la película el profesor o profesora repartirá unas fichas que los alumnos y alumnas deberán entregar al finalizar la actividad. En estas fichas deberán clasificar los tipos de drogas más usuales entre los jóvenes y realizar un comentario sobre los recursos que pueden observar que atienden los problemas derivados del consumo de drogas y cuál piensan que es la situación actual del consumo de drogas.

Durante la proyección, el profesorado responsable de la actividad supervisará el comportamiento de los alumnos, con el fin de que no se produzcan situaciones de desorden, ni faltas de respeto a los compañeros, que perjudiquen de alguna manera la calidad del visionado.

Después de cada película se realizará un debate sobre los contenidos de la misma, ayudando a la reflexión sobre los valores y actitudes que los alumnos/as podrán relacionar con su experiencia en el día a día, con preguntas como:

- ¿Qué drogas aparecen en la película?
- ¿Cuáles son los efectos de su consumo?
- ¿Qué se entiende por reinserción social?
- Etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 19 – JUNIO DE 2009

Los vídeos que se utilizan en esta actividad son varios largometrajes aptos para tratar, desde el ámbito de la prevención de drogodependencias y diversos aspectos relacionados con el consumo de drogas, tales como “7 Vírgenes”, “28 días”, “Al final del Edén”, “Réquiem por un sueño”, etc. Además se podría ver una serie de spots publicitarios contra las drogas.

## ACTIVIDAD 2: “EL CONSUMO DE DROGAS Y EL SIDA”.

Se dividirá a los alumnos y alumnas en grupos. Cada grupo deberá realizar un test para evaluar qué conocimientos previos tienen sobre el tema.

Los alumnos deben contestar sólo las preguntas cuya respuesta sepan con certeza. Si hay alguna pregunta que no saben responder, no deben contestarla.

Posteriormente el profesor o profesora repartirá una serie de textos informativos que tratarán en profundidad estos temas.

Dichos textos se pueden obtener de las siguientes páginas webs:

<http://www.aciprensa.com/sida/definicion.htm>

<http://www.monografias.com/trabajos5/sida/sida.shtml>

<http://www.drugabuse.gov/PDF/RRVIH.pdf>

[http://www.un.org/spanish/aboutun/organs/ga/specsess/aids/hojas/FSdruguse\\_sp.htm](http://www.un.org/spanish/aboutun/organs/ga/specsess/aids/hojas/FSdruguse_sp.htm)

<http://es.wikipedia.org/wiki/AIDS>

<http://www.aciprensa.com/sida/campana.htm>

<http://www.aciprensa.com/sida/bprevencion.htm>

Al finalizar esta actividad realizarán el mismo test para que puedan observar lo que han aprendido, comparando las respuestas con las que dieron al comienzo de la actividad.

Se puede realizar el siguiente test:

- ¿Qué es el sida?	-
- ¿Conoces las vías de transmisión del sida?	-
- ¿Cómo se manifiesta?	-
- ¿El consumo de drogas aumenta el riesgo de infección?	-
- ¿Qué diferencia hay entre ser sero-positivo y tener el sida?	-
- ¿Puede curarse el sida?	-



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007

Nº 19 – JUNIO DE 2009

- ¿Son acertadas las campañas que se hacen contra el sida?	-
- ¿Es fácil reconocer a una persona con sida?	-

#### 4. CONCLUSIÓN.

Para finalizar me gustaría destacar que para luchar contra las drogas es necesario un tratamiento más serio del tema, más sistematizado, más amplio, es necesario un plan que pueda aplicarse en la comunidad educativa, implicando a los docentes, padres y principalmente a los adolescentes. La educación es el mejor instrumento de prevención y el marco escolar es el que más posibilidades y potencial ofrece.

Es necesario disminuir los factores de riesgo, y buscar que los alumnos a través de la educación, obtengan criterios para mantener un estilo de vida más saludable.

#### 5. BIBLIOGRAFÍA.

Comas Arnau, Domingo. (1985). *El uso de Drogas en la juventud*. Madrid: Ministerio de cultura.

Comas Arnau, Domingo. (1987). *Las Drogas: Guía para mediadores juveniles*. Madrid: INJUVE.

Gaviri Starkie, Elisa. (2008). *Implicaciones Educativas de las Drogodependencias: Prevención y Tratamiento*. Madrid: Editorial Universitaria Ramón Areces.

VV. AA. (2008). *Las drogas. Educación y prevención*. Madrid: Grupo Cultural Altaffaylla.

#### 6. REFERENCIAS WEB.

<http://www.youtube.com/watch?v=MXAncFXT9iY>

<http://www.youtube.com/watch?v=gS8kek-XL3Y>

<http://www.youtube.com/watch?v=L9lswlh5TY0&NR=1>

<http://www.youtube.com/watch?v=sBS7Sm3Ogpw>

<http://www.youtube.com/watch?v=ZYBlwJTqkps>

<http://www.youtube.com/watch?v=-ea6ZrrHM5I>

<http://www.youtube.com/watch?v=nFLsJCHnK7o&NR=1>

<http://www.youtube.com/watch?v=oHgowYCaF14&NR=1>



ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 19 – JUNIO DE 2009

#### Autoría

---

- Nombre y Apellidos: MARÍA DEL PILAR VALSECA MARTÍN
- Centro, localidad, provincia: ÉCIJA (SEVILLA)
- E-mail: pilar\_valseca@hotmail.com