



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

“LAS ADICCIONES EN LA ADOLESCENCIA”

AUTORÍA OLGA ZARZA CORTES
TEMÁTICA EDUCACIÓN
ETAPA ESO

Resumen

En este artículo vamos a tratar de las adicciones a las que puede llegar el adolescente, y que pueden ser muy peligrosas si no se localiza a tiempo. Como en otros artículos hemos tratado sobre las drogas, en este más concretamente hablaremos de los abusos del alcohol y de los abusos a los juegos de azar.

Palabras clave

- Abusos.
- Adolescencia.
- Adicciones.
- Drogas.
- Alcohol.
- Juegos de Azar.
- Familia.
- Depresión.

1. USO Y ABUSO DEL ALCOHOL

Sabemos que el comportamiento de los padres a menudo influye sobre la conducta posterior de los hijos. Es decir, por ejemplo, hay niños en los que sus padres beben en exceso o toman drogas, y ellos dicen que nunca harán lo mismo, pero lo más normal es que sigan el mismo ejemplo que sus padres. Estadísticamente, se ha demostrado que entre el 40 y 60 por ciento de los hijos de padres alcohólicos terminarán siendo alcohólicos.

Hay actitudes de los progenitores que pueden estimular el uso y abuso del alcohol, como pueden ser dejar que los hijos hagan lo que quieran sin imponerles ningún tipo de norma ni de disciplina o también el ser demasiado estrictos con los hijos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

Si un grupo social tiene unas pautas claras sobre el uso del alcohol o las drogas, es menos probable que una persona abuse de esas adiciones.

Otra razón por la cual el adolescente recurre al alcoholismo es una serie de fuerzas externas como pueden ser el ambiente de una familia desunida, la presión de los amigos y el estrés como consecuencia de los problemas sociales, aunque todos los adolescentes tienen por qué reaccionar de esta manera.

Los adolescentes piensan que los efectos del alcoholismo son solo embriaguez y disolución, pero eso es incorrecto. Un adolescente borracho no siempre es alcohólico, aunque hay efectos del alcoholismo que pueden aplicarse en general, como son:

- Angustia.
- Confusión y desorientación.
- Pérdida del dominio propio.
- Depresión.
- Concepto bajo de sí mismo.
- Distorsión de la personalidad.
- Madurez atrofiada.
- Vergüenza.
- Remordimiento.
- Separación y aislamiento.
- Desesperanza.
- Etc.

Podemos analizar cada una de ellas:

- Angustia:
El adolescente alcohólico siente como todos sus problemas, todo lo negativo y desagradable de su vida están sobre él. El adolescente siente una combinación de dolor físico y mental que sólo puede caracterizarse como *angustia*.
Esta angustia produce sensación de estar loco, teme perder el control de sus actos o que está a punto de perderlo. Se siente frustrado con su vida.
- Confusión y desorientación:
El alcohol también produce una gran variedad de efectos mentales, como falta de concentración a la hora de estudiar; frecuencia para olvidar nombres, fechas, detalles y horarios; puede tener lagunas ocasionales, en el que puede estar funcionando conscientemente pero no recordar después nada de lo que le pasó.
- Pérdida del dominio propio.

Uno de los indicadores del alcoholismo es la pérdida del dominio propio ni de sus emociones.

- Depresión



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

El adolescente en un estado de alcoholismo siente y ataque grave y prolongado de tristeza y desesperanza. Se siente impotente al hecho de no poder volver a manejar su vida, que es lo que le lleva a volver a beber, aumentando su depresión.

- Concepto bajo de sí mismo.

La adolescencia es una etapa muy importante en la que sufre importantes golpes contra su autoestima. Siente que su vida es un lío, que es por su culpa y que no puede cambiarla. El adolescente piensa que si tuviera algo más de carácter su estado anímico cambiaría. Siente que no tiene poder, fuerza, ni valor. Cree que los amigos que ha perdido, los exámenes que no ha pasado, las personas a quienes ha desilusionado son porque se lo merecía y por qué no vale nada.

Estos sentimientos de sentirse que vale poco es lo que le incita a beber cada vez más.

- Distorsión de la personalidad

Es muy común ver que el alcohol vuelve extraños a los adolescentes, en donde muchos familiares y amigos ven en ellos a otras personas, no la que eran antes.

Los valores del pasado han pasado a ocupar un segundo plano. La joven que antes era meticulosa en su apariencia personal, anda a menudo despeinada y desaliñada.

- Madurez atrofiada

El adolescente que toma alcohol sufre un deterioro en su proceso de maduración. El alcohol atrofia o produce una regresión del desarrollo emocional, en donde fácilmente se afligen, fácilmente se enojan y fácilmente se ofenden.

- Vergüenza

El alcohol hace que el adolescente se separe de tu familia y de tus amigos, generando profundos sentimientos de culpabilidad y de vergüenza.

- Remordimiento

Mientras que el sentimiento de culpabilidad enfoca las acciones de la persona y la vergüenza enfoca el yo, el remordimiento se enfoca en el daño que la persona le ha causado a algo o a alguien. El remordimiento domina el alcoholismo.

Puede sentir remordimiento por ver a su familia triste, por mentiras que haya lastimado a sus amigos, etc.

Este remordimiento, junto al de la culpabilidad y al de la venganza, puede llevarlo a un sincero arrepentimiento o a la desesperación total.

- Separación y aislamiento

Bajo estos efectos que hemos nombrado anteriormente, el adolescente se siente solo, incapaz de acercarse a nadie, incapaz de pedir ayuda.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

- Desesperanza

El adolescente se siente incapaz de salir de esta situación, ya no tiene vida, no encuentra la salida, llegando al extremo del suicidio.

Es fundamental que pensemos en que consejos darle a los adolescentes.

- Hay que cuidarse de criticar o condenar al adolescente y comunicar en todo momento su aceptación y su aprecio por él (aunque no de su conducta) ya que la mayoría de los adolescentes que tienen como adicción el alcohol, sienten una intensa ansiedad y también tienen un concepto pobre de sí mismos.
- Es una situación muy complicada, pero debemos de hacer reconocer y de admitir al adolescente el problema tan grande que tiene, para ello le podemos realizar una serie de preguntas que le pueden servir de ayuda, como son:
 - ¿A veces estás queriendo tomar cuando deberías estar haciendo otra cosa?
 - Cuando tomas, ¿Tomas todo lo que puedes lo más rápido posible?
 - ¿Alguna vez terminas tomando más de lo que tú (o los demás) crees es más de la cuenta?
 - ¿Alguna vez bebes solo o en compañía de otros que no estén tomando?
 - ¿Tratas de proteger tu fuente de alcohol a fin de asegurarte que no te falte cuando lo necesites?
 - ¿Cuándo estás alterado o triste, piensas alguna vez en beber para sentirte mejor?
 - ¿Alguna vez te cuesta recordar cosas que hiciste o dijiste mientras tomabas?

Si las preguntas son afirmativas, tenemos ante nosotros un adolescente con problemas de alcoholismo.

Ante una situación así es fundamental informar e involucrar a los padres de dicho problema. Muchas veces ocurre que los padres son reacios a reconocer la verdad del problema que tiene su hijo o hija, pero su colaboración e implicación y sobre todo el apoyo de ellos es imprescindible para lograr un tratamiento y recuperación efectivos.

2. EL PROBLEMA DE LA ADICIÓN A LOS JUEGOS DE AZAR EN LOS ADOLESCENTES



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

El problema con las adicciones a los juegos de azar no es algo nuevo en los adolescentes, pero estadísticamente se está comprobando que la cosa empeora, es decir, cada vez hay más jóvenes que se encuentran afectados por esta adicción.

En la adolescencia este problema es grave, pero empieza a empeorar cuando el joven pasa a la universidad, ya que tiene más dinero, los padres los supervisan menos y tienen más libertad de hacer lo que quieran. La vida universitaria es meramente una extensión de la adolescencia.

A continuación vamos a analizar cuáles son las causas de que un adolescente sea adicto a los juegos de azar, en donde en la sociedad en que vivimos abundan los casinos y las loterías del Estado, los pequeños créditos que se dan a los adolescentes, y los padres que tienden a pagar a sus hijos las deudas por miedo a las represalias.

- La desintegración en la moralidad en general.
- Lo accesible que son los juegos de azar y el síndrome de “hacerse rico rápidamente”.
- La legalización de los juegos de azar.
- La falta de educación sobre los peligros de los juegos de azar.
- La falta de control o de acabar en apuestas ilegales donde pueden valer personas de cualquier edad.

Muchos adolescentes comienzan con las adicciones a los juegos de azar haciendo apuestas sobre eventos deportivos.

Cómo saber cuando un adolescente juega de manera compulsiva.

- *A menudo ya vienen con problemas*

El juego es una manera de escapar de todos sus problemas en la escuela, con sus amigos, con la familia o con él mismo. Y sobre todo si es un alumno que le va mal la escuela, se siente feliz cuando logra ganar una apuesta.

Tampoco le van a faltar amigos si los encuentra en el mundo del juego.

El joven que tenga graves problemas familiares puede encontrar un oasis temporal de escape en el juego; un sentimiento de ejercer control sobre algo. El joven que cree que no vale nada a veces se siente triunfador porque logró ganar algo.

- *Generalmente ya tienen indicios de conducta adictiva.*

Otras adicciones que están relacionadas con el juego son el alcohol y las drogas, en las que se pueden identificar fácilmente, ya que este tipo de personas son:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

- Son egocéntricos.
- Son impulsivos, rara vez piensan antes de actuar.
- Para ellos no hay términos medios. Sólo piensan en ganar o perder.
- Negar es su defensa favorita cuando se les confronta.
- Tienden a estar deprimidos.

El juego compulsivo tiene relación con sentirse en estado de depresión.

- *Tienden a tener una predisposición por la sociopatía.*

El sociópata es aquella persona que no aprende de sus experiencias, carece de lealtad personal y grupal, tiene poco sentido común y de responsabilidad, justifica su conducta inapropiada y tiene una mente que no le advierte cuándo está equivocado.

- *Por lo general están dominados por el anhelo de querer excitación y acción.*

Para este tipo de adolescentes su vida cotidiana es aburrida y por eso buscan algo de acción y excitación.

Los efectos a los que puede llevar al adolescente en su adicción al juego son:

- Cuando gana: en busca de la acción o un escape.

Jugar por dinero es divertido, excitante y el hecho de ganar le atrae cada vez más. En esta situación el adolescente trata de huir, de olvidar o eludir su vida real.

- *Cuando pierde: los apuros.*

Al perder, sigue jugando para intentar recuperar su dinero. Esto puede empujar a los extremos para cubrir sus pérdidas pidiendo dinero a su novia, su familia, e incluso a robarlo. La reacción que tiene es

- Usar las tarjetas de crédito de sus padres para conseguir dinero.
- Vender drogas.
- Convertirse en corredores de apuestas.
- Robar y empeñar cosas.
- Trabajar horas extra.

- *Cuando se desespera: pánico y el final del camino.*

La desesperación se va apoderando del adolescente adicto. Esto hace que el juego domine su vida. La reacción que tiene el adolescente ante esta situación es:

- Echarle la culpa a otros.
- Un fuerte sentido de culpa e ira.
- Pánico y ansiedad.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 23 – OCTUBRE DE 2009

- Aumento en el uso de drogas o alcohol.
- Aumento en pedir prestado.
- Aumento del nivel de los robos.
- Depresión nerviosa.
- Desesperanza y depresión.
- Pensamientos o gestos suicidas.
- Problemas con la ley.

3. PREVENCIÓN EN LOS CENTROS EDUCATIVOS

Las acciones de la prevención secundaria intentan solucionar un problema ya existente; intentan hacerlo desaparecer por completo o en parte y al mismo tiempo tratan de evitar las complicaciones que conllevan las adicciones.

Se trata en estos casos de fortalecer la estabilidad emocional, los vínculos familiares y laborales, y de subsanar los conflictos de la historia personal.

Lo importante en este caso es detener el proceso que se ha iniciado para luego sostener al individuo hasta lograr que revierta la adicción.

La prevención del uso de cualquier tipo de drogas constituye la herramienta más eficaz para evitar que las personas queden a merced de las sustancias psicoactivas que pueden arrastrarlos al desmoronamiento físico, la cárcel, la locura o la muerte. Las herramientas principales que se utilizan son las siguientes:

- Métodos disuasivos: consisten en señalar los peligros que el uso de drogas conlleva.
- Métodos informativos e instructivos: se elaboran partiendo de la premisa de que a mayor información, menor riesgo de caer en la adicción. Además, un joven bien instruido en el tema es un agente multiplicador que observa, capta y ayuda a quienes están en su entorno.
- Métodos que promueven la salud mental: La promoción de la salud mental se realiza trabajando con los jóvenes que tienen problemas psicosociales y son por este motivo más vulnerables a la drogadicción.

Para que toda esta tarea de prevención sea efectiva, el alumno debe contar con el apoyo de los maestros y educadores.

4. BIBLIOGRAFÍA

- Julián Melgosa. "Para adolescentes y padres. Nuevo estilo de vida". Editorial Safeliz, 2006.
- Blossom M.Turk. "Entendiendo a los adolescentes". Editor: SELECTOR, 2004.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 23 – OCTUBRE DE 2009

- James Stenson. “Como tratar a los adolescentes”. Ediciones Palabra, 2004.
- Michael Riera. “Padres y adolescentes: mas amigos que enemigos: Una mirada inusual al mundo de la adolescencia”. Editorial Norma, 2004.
- María del Carmen Campillo Pedron, Lilian Álvarez Arellano, Carlos Jesús López Díaz. “Como ser adolescente y ser feliz en el intento”. Editorial Limusa, 2005.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Olga Zarza Cortés
- Centro, localidad, provincia: Córdoba
- E-mail: olgazarza@hotmail.com