

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo

# Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo.

Carmen García García.

Psicóloga Sanitaria. Experta en Adicciones

## **INDICE**

- 1. Introducción.**
- 2. Valores y conductas alternativos al consumo.**
- 3. Ocio alternativo.**
- 4. Integración Escolar.**
- 5. Desarrollo personal.**
- 6. Integración familiar.**
- 7. Integración laboral.**
- 8. Entorno comunitario y acción institucional**
- 9. Referencias Bibliográficas.**

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## **Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo**

### **1. INTRODUCCIÓN**

La realidad social de las últimas décadas con respecto al consumo de sustancias, ha llevado a las diferentes entidades a buscar soluciones poniendo un especial énfasis en el campo de la prevención, con el fin de tratar de evitar las consecuencias sociales y personales del consumo de los adolescentes que, en muchos casos, se mantiene en la edad adulta. Incluido dentro de los programas preventivos dirigidos a niños y adolescentes, se encuentra el estudio de los factores de riesgo y protección como herramienta útil para poder establecer los objetivos de las intervenciones y para poder detectar los grupos de alto riesgo. Acero (2004), elabora una guía para poder realizar una prevención eficaz y en ella destaca que ante un proceso de planificación de un programa preventivo, es absolutamente necesario llevar a cabo una recopilación de datos rigurosos y objetivos. Para ello, toda intervención debe ir precedida de la identificación de los factores de riesgo y protección en la población general o en poblaciones particulares. Los conceptos «factor de riesgo», «factor de protección» y «prevención» están, por tanto, estrechamente relacionados. Un factor de riesgo es una característica interna y/o externa al individuo cuya presencia aumenta la probabilidad o la predisposición de que se produzca un determinado fenómeno (Clayton, 1992). Estas características personales, sociales y familiares permitirían predecir el desarrollo de la conducta de consumo de drogas y situarían a la persona en una posición de vulnerabilidad hacia ese tipo de comportamiento. Los factores de protección serían aquellos atributos individuales, condición situacional, ambiente o contexto que reduce la probabilidad de ocurrencia de un comportamiento desviado (Clayton, 1992).

Los factores de protección, por lo tanto, son las características o capacidades personales y sociales que fortalecen a las personas para poder afrontar con éxito las situaciones de riesgo de consumo de sustancias o de inicio de comportamientos de riesgo de adicción, es decir aquellas que hacen a los individuos menos vulnerables. (Felix-Ortiz y Newcomb 1992; Mathias 1997, NIDA,1997)

Con la detección de los factores de protección y la posibilidad de fomentarlos en las personas a través de la educación y el ejemplo, se ha dado con la clave para una buena prevención. Ya que la mayoría de los factores de protección son educables, se pueden enseñar fácilmente a niños y adolescentes. Entonces para prevenir no hace falta ser expertos en prevención. Todos somos agentes de prevención desde nuestras posibilidades y, Por otro lado, tenemos que asumir las riendas de nuestra función educativa.

Con respecto al consumo de drogas, los factores de protección reducen, inhiben o atenúan la probabilidad del uso de sustancias. A lo largo de los siguientes apartados se explican en qué consisten algunos de los más representativos.

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## **Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo**

### **2. VALORES Y CONDUCTAS ALTERNATIVOS AL CONSUMO**

Algunas actitudes, creencias y valores que actúan como factores de protección, son la religiosidad, el grado de satisfacción personal respecto a la vida y las actitudes positivas hacia la salud, entre otras (Ruiz, Lozano y Polaino, 1994).

Respecto de los valores alternativos tenemos la responsabilidad el aplazamiento de gratificaciones y la honestidad. Esos valores son considerados como factores de protección porque suponen valores alternativos a los valores de consumo. Respecto de las conductas alternativas, por ejemplo participación social y ONG. En cuanto al ocio alternativo es también un factor de protección muy importante, como la práctica de algún deporte, práctica de hobbies...

### **3. OCIO ALTERNATIVO**

Las actividades de ocio: El ocio desarrollado en discotecas y bares y las salidas nocturnas de fin de semana, correlacionan con un mayor consumo de sustancias (Navarro, 2000; Pons y Berjano, 1999). Para Fernández (2003) la gestión del ocio del fin de semana es el mejor predictor para el consumo de sustancias, por encima de otras variables como son la personalidad, características de los pares y familiares y las variables escolares. Así practicar algún deporte se ha mostrado como factor de protección (Navarro, 2000).

### **4. INTEGRACIÓN ESCOLAR**

Los principales elementos relacionados con la escuela que han sido identificados como factores de riesgo y protección son: a) Experiencias escolares negativas: Algunos elementos escolares, como son un bajo rendimiento escolar, un mayor absentismo, una menor implicación y satisfacción en relación al medio y actitudes negativas hacia el profesorado y la vida académica, suelen encontrarse asociados al consumo de drogas y otras conductas desviadas como la delincuencia (Bryant et al., 2003). b) El fracaso escolar y autoconcepto académico: El fracaso escolar de forma específica, incluyendo en éste la insatisfacción escolar y el absentismo injustificado, ha sido identificado como un predictor claro del abuso de drogas en la adolescencia y otras edades (Moral et al., 2006). Sin embargo, otros autores (Evans y Skager, 1992) han encontrado consumidores de drogas en todos los niveles de ejecución escolar, lo cual pone en duda el valor predictivo de esta variable. A pesar de que algunos estudios han encontrado que tener un buen

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## **Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo**

autoconcepto escolar aparece como un factor de protección en el consumo de sustancias (Carrasco, Barriga y León, 2004), otros estudios subrayan la necesidad de ser prudentes al relacionar fracaso escolar y consumo de drogas por sus resultados poco concluyentes (Calafat et al., 2000). c) Tipo y tamaño de escuela: Las investigaciones muestran al respecto que existe mayor probabilidad de consumo de sustancias en aquellos alumnos que asisten a centros de gran tamaño y, sobre todo, en escuelas privadas de carácter laico. Sin embargo, no pudieron confirmar este tipo de relación en aquellos centros de pequeño tamaño o escuelas públicas o privadas de orientación religiosa (Recio et al., 1992). d) Clima escolar y estilo educativo: Las condiciones del centro escolar no solo están determinadas por el proyecto educativo que se desarrolla sino por la filosofía del centro, sus valores y el estilo de relación entre los educadores y con los alumnos. Esto, en conjunto, es lo que se denomina clima de centro. Se considera que existe un clima de centro positivo, cuando están presentes en las relaciones de todos sus miembros valores que favorezcan aspectos como el respeto, la comunicación, la solidaridad, la convivencia y la participación. Dentro de este contexto, se considera que serían factores de protección un estilo educativo democrático y participativo, una escuela que promueve la solidaridad, la integración y los logros personales, continuar los estudios, aún con dificultades, la implicación de los alumnos en la escuela, buena adaptación escolar y la existencia de normas que limiten el consumo en la comunidad educativa. Martínez-González, Robles-Lozano y Trujillo (2003) confirman que el hecho de que en el centro haya normas claras es un factor de protección en los consumos. 155 2009, 32. 147-173 Factores de riesgo y protección en el consumo de sustancias en adolescentes c) Contacto con las familias: También se han detectado como factores de protección, el que los padres mantengan contacto con los profesores y el hecho de que el adolescente mantenga buena relación con los profesores (Navarro, 2000). d) Existencia de normas para el no consumo: Por último, es importante la prohibición de consumo de drogas en el medio escolar (tabaco y alcohol fundamentalmente), tanto entre los profesores y adultos, por su papel como modelos de conducta, como entre los alumnos, ya que ello contribuye a reducir el número de ofertas y la presión hacia el individuo.

## **5. DESARROLLO PERSONAL**

Son capacidades de interacción social, recursos para establecer relaciones adecuadas y adaptadas a la realidad, expresando las propias opiniones y sentimientos (Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein, 1989). Algunas investigaciones han relacionado el déficit de habilidades sociales con el consumo de alcohol (Gaffney et al., 1998), sobre todo, en sus componentes de conducta antisocial y falta de asertividad. Otras, encuentran relaciones

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## **Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo**

entre los déficits en habilidades sociales y el consumo de tabaco, explicando que, esta carencia de habilidades podría ser causante de estrés y por tanto la utilización de tabaco podría servir para eliminar los sentimientos de ansiedad y/o hacer frente a estas situaciones sociales (Llorens, Perelló y Palmer, 2004)

**Autoconcepto y Autoestima** Son dos conceptos que están íntimamente relacionados. El primero hace referencia a la imagen que cada persona tiene de sí misma y es el resultado de la suma, tanto de la percepción del sujeto sobre sí mismo como de la de los demás sobre él; el segundo hace referencia a la valoración que damos a esta imagen de nosotros mismos. Las investigaciones muestran que los jóvenes con baja autoestima son más vulnerables a la presión de los pares para realizar comportamientos de riesgo (Crockett y Petersen, 1993).

Es importante tener en cuenta que autoconcepto y autoestima pueden variar según el área o dominio del que se hable. Es decir, una persona puede tener una valoración positiva de sí misma en el área relacional, con sus iguales, pero negativa en el área escolar o familiar. Mientras las dimensiones familiar y académica parecen ejercer claramente un rol protector, el papel desempeñado por la autoestima social comienza a cuestionarse al constatar una relación positiva entre esta dimensión y el consumo de sustancias en adolescentes (Graña y Muñoz-Rivas, 2000; Jiménez, Musitu y Murgui, 2008).

La frustración es un fenómeno natural en la vida de cualquier ser humano, que surge cuando nos enfrentamos a un impedimento o bloqueo.

A lo largo del proceso de desarrollo de la personalidad, las personas aprenden a postergar la gratificación de sus necesidades, de tal forma que son capaces de asumir una cierta dosis de frustración. Algunas personas, incapaces de tolerar la frustración, requieren la satisfacción inmediata de sus necesidades, de forma que las drogas pueden parecerles inicialmente un medio rápido para lograr el placer inmediato, más difícil de conseguir por otros medios (Turbi et al., 2005).

## **6. INTEGRACIÓN FAMILIAR**

El entorno familiar es el primer contexto social en el que se desenvuelve una persona. Por su importancia en el proceso de socialización, la familia ejerce una gran influencia sobre el consumo de drogas en sus miembros, ya que puede actuar licitando, neutralizando o inhibiendo tales conductas (Dento y Kampfe, 1994). Algunos de los factores de riesgo y protección familiares más significativos son:

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## **Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo**

a) Estructura y composición familiar: Algunos estudios han señalado que tanto la ausencia de uno de los padres del seno familiar como el hecho de que uno de los padres vuelva a casarse podrían conceptualizarse como factores de riesgo que permitirían predecir el consumo futuro por parte de los hijos (Muñoz-Rivas y Graña, 2001). En cuanto al número de hermanos, las investigaciones muestran que no afecta a la protección, siendo más importante la calidad atencional de la educación, que la cantidad de ésta, para conseguir una buena formación-protección (Martínez-González et al., 2003)

b) Estatus socioeconómico familiar: No está clara a pesar de que algunas investigaciones indican que hay alguna relación entre el estatus socioeconómico y el consumo de sustancias, en el sentido de que el mayor consumo de alcohol y marihuana se asocia al mayor nivel de estudios de los padres y probable mayor nivel socioeconómico, en muestras españolas (Recio et al., 1992).

Sin embargo, en el lado contrario también se encuentran relaciones, de manera que, aquellos hijos con padres en paro o con trabajos eventuales presentan un mayor consumo de drogas (Ruiz et al., 1994). Esto probablemente refleja el hecho de que, por una parte, una mayor disponibilidad de dinero facilita la accesibilidad a las sustancias y, por otra, que a mayores problemas económicos, afectivos y de otro tipo, se incrementa el consumo como una vía de salir o escapar de los mismos.

c) Las relaciones afectivas entre padres e hijos y comunicación: Con respecto a este punto, la investigación concluye que una percepción negativa de las relaciones familiares por parte de los adolescentes, incluyendo aspectos como la ausencia de lazos familiares, la negatividad y rechazo de los padres hacia el hijo o viceversa, la escasez de tareas compartidas y de tiempo juntos y las interacciones mal adaptativas entre padres e hijos, aparecen como variables constantes en un gran número de consumidores (Martínez et al., 2003; Martínez-González y Robles-Lozano, 2001; Muñoz-Rivas et al., 2001). En este caso, el uso de sustancias funciona como un indicador de problemas, como una vía de escape de un clima familiar percibido como hostil o como forma de atenuar esa percepción. Por el contrario, los adolescentes que se sienten más próximos a sus padres son los que mantienen más confianza en sí mismos, muestran más competencia conductual, más independencia responsable y se implican en menos conductas de riesgo, como el consumo de drogas y las conductas delictivas (Lamborn, Mounts, Steinberg y Dornbusch, 1991).

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## **Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo**

d) Las prácticas educativas ejercidas por las figuras parentales: Las pautas de crianza influyen en el consumo de drogas a largo plazo. Según Moncada (1997), los déficits o los excesos de disciplina, la excesiva implicación de uno de los padres acompañada del desentendimiento o permisividad del otro, son factores asociados al uso indebido de drogas. Aparecen como características comunes en los padres de adolescentes que abusan de las drogas la baja comunicación familiar, la inconsistencia en las normas, los límites poco claros y las expectativas poco realistas sobre sus hijos. También las bajas expectativas académicas de los padres hacia sus hijos predicen el inicio en el consumo. Por otro lado, la supervisión parental, el fomento del autocontrol y la toma de decisiones por parte de los hijos son factores de protección.

e) La influencia de los padres y hermanos como modelos de comportamiento: El modelado ejercido por los padres y su importancia, tiene su fundamento en la teoría del aprendizaje social de Bandura (1984) quien mantiene que la observación directa y el modelado de un comportamiento por parte de las personas más cercanas al sujeto es el proceso esencial para adquirir tal comportamiento. Esta influencia se ejerce de forma directa, observando a los padres o hermanos en su consumo de alcohol, tabaco u otras sustancias y de forma indirecta, a través de la transmisión de actitudes y valores más o menos permisivos con respecto al consumo. Según Moncada (1997), el uso de drogas en el hogar es uno de los mejores predictores de la valoración positiva de los niños hacia el consumo y por lo tanto aumenta sus expectativas de consumir en el futuro.

f) Actitudes y conductas familiares hacia el consumo de drogas: Las actitudes poco negativas de los padres hacia el consumo pueden actuar como un factor de riesgo muy importante, en tanto que son los propios padres quienes en ocasiones propician el consumo (Gil Flores, 2008; Turbi et al., 2005). Tanto es así, que los estudios han encontrado que las actitudes permisivas de éstos con respecto al consumo de sustancias son percibidas por los jóvenes como de igual o mayor importancia que el uso parental real. (Pons et al., 1999).

## **7. INTEGRACIÓN LABORAL**

Influye la situación de estar en activo, las circunstancias que rodean al ámbito laboral, como es el clima de empresa, así como estar en paro. ( J. Navarro y otros 1999)

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## **Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo**

### **8. ENTORNO COMUNITARIO Y ACCIÓN INSTITUCIONAL**

La disponibilidad de las drogas para los potenciales sujetos consumidores es un factor que correlaciona claramente con el consumo. Al respecto, se ha demostrado que la percepción de fácil accesibilidad a la droga es un factor de alto riesgo en el inicio y mantenimiento del consumo (Álvarez et al., 2005) y que cuanto más alta es la permisividad al consumo, las cifras de consumo tienden a ser mayores (Luengo et al., 1999).

El grupo de amigos es un elemento imprescindible para comprender la actitud y los comportamientos de los jóvenes ya que el grupo de compañeros va sustituyendo progresivamente a la familia como referencia y las relaciones más importantes del adolescente se desplazan hacia los compañeros de similar edad e intereses

Los elementos relacionados con el grupo de amigos que se han identificado como factores de riesgo y protección en numerosas investigaciones son:

a) Los consumos de los amigos: El grupo de amigos se ha manifestado como una de las variables más influyentes a la hora de explicar el consumo de drogas, hasta tal punto de que, para algunos autores, el consumo depende enteramente de la naturaleza social del grupo de amigos del sujeto, es decir, que cuando los pares de un adolescente usan drogas, éste tiene una alta probabilidad de usarlas también aunque no estén presentes otros factores de riesgo (Caballero-Hidalgo, González, Pinilla y Barber, 2006).

b) La adaptación al grupo: A nivel social es significativo observar el resultado de algunos estudios que señalan que en una cultura como la nuestra, donde el consumo de alcohol es algo normal y aceptado, los jóvenes que consumen alcohol consiguen un nivel mayor de adaptación social frente a los abstemios (Gómez et al., 1995).

Además, es importante tener en cuenta la influencia de los iguales en otros ámbitos. Así, Muñoz-Rivas y Graña (2007) afirman que muchos estudios han señalado que la baja aceptación y el rechazo emocional por parte del grupo de iguales/amigos y/o mantener continuos problemas de relación con ellos parecen también poner a los jóvenes en una situación de riesgo que incrementa la probabilidad de:

- a) tener problemas importantes en la escuela (por ejemplo, agresión, bajo rendimiento escolar y absentismo);
- b) exhibir comportamientos agresivos y violentos que son, así mismo, factores de riesgo para el consumo de drogas;
- c) presentar sintomatología depresiva, y
- d) abusar de sustancias psicoactivas.

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## **Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo**

Algunas personas tienen mayor necesidad de obtener la aprobación de los demás, lo cual les puede llevar a una situación de extrema dependencia respecto al grupo ya que, para lograrla, ajustarán su conducta a las exigencias de los demás sin tener en cuenta si se trata de un comportamiento adecuado o los costes personales que ello pueda suponer (Turbi et al., 2005). En este sentido, la escasa resistencia a la incitación grupal está relacionada con una actitud predisponente al consumo de sustancias (Villa Moral et al., 2006)

## **9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ACERO ACHIRICA, A. (2004). Guía práctica para una prevención eficaz. Madrid: Asociación de Técnicos para el Desarrollo de Programas Sociales.

BANDURA, A. (1984). Teoría del aprendizaje social. Madrid: Espasa-Calpe.

BEGOÑA IGLESIAS, E. (2000). Los adolescentes y el consumo de drogas. Papeles del psicólogo, 77, 25-32.

CABALLERO-HIDALGO A., GONZÁLEZ B., PINILLA J. y BARBER P. (2006). Factores predictores del inicio y consolidación del consumo de tabaco en adolescentes. Gaceta Sanitaria, 19, 6, 440-447.

CALAFAT, A., JUAN, M., BECOÑA, E., FERNÁNDEZ, C., GIL CARMENA, E., PALMER, A., SUREDA, P. y TORRES, M. A. (2000). Salir de marcha y consumo de drogas. Madrid: Ministerio de Interior, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.

CALAFAT, A., FERNÁNDEZ GÓMEZ, C., JUAN, M. y BECOÑA, E. (2007). Vida recreativa nocturna de los jóvenes españoles como factor de riesgo frente a otros más tradicionales. Adicciones, 19, 2, 125-132.

CARRASCO GONZÁLEZ, A. M., BARRIGA JIMÉNEZ, S. y LEÓN RUBIO, J.M. (2004). Consumo de alcohol y factores relacionados con el contexto escolar. Enseñanza e Investigación en Psicología, 9, 002, 205-226.

CLAYTON, R.R. (1992). Transitions in drug use: Risk and protective factors. Citado en T. Laespada, I. Iraurgi y E. Aróstegi (Eds). (2004). Factores de Riesgo y de Protección

MARTÍNEZ-GONZÁLEZ, J. M. y ROBLES-LOZANO, L. y TRUJILLO MENDOZA, H. M. (2003). Diferencias sociodemográficas y protección ante el consumo de drogas legales. International Journal of Clinical and Health Psychology, 3, 003, pp. 461-475.

MONCADA BUENO, S. (1997). Factores de riesgo y protección en el consumo de drogas. En Plan Nacional sobre Drogas (1997). Prevención de las drogodependencias. Análisis y propuestas de actuación. Madrid: Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.

MORAL, M., RODRIGUEZ, F. y SIRVENT, C. (2006). Factores relacionados con las actitudes juveniles hacia el consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas. Psicothema, 18, 1, 52-58.

MUÑOZ-RIVAS, M. J. y GRAÑA LÓPEZ, J. L. (2001). Factores familiares de riesgo y de protección para el consumo de drogas en adolescentes. Psicothema, 13, 1, 87-94.

# MOOC “Prevención y detección de adicciones”

## **Factores de protección de consumo de sustancias y comportamientos de riesgo**

MUÑOZ-RIVAS, M., ANDREU, J.M. y GUTIÉRREZ, P. (2005). Género y continuidad en el consumo de alcohol, tabaco y cannabis en jóvenes. *Salud y Drogas*, 5, 2, 67-80.

MUÑOZ-RIVAS, M y GRAÑA GÓMEZ, J. L. (2007). Influencia del grupo de iguales y satisfacción del tiempo libre. En L. Ezpeleta Ascaso. *Factores de riesgo en psicopatología del desarrollo* (pp. 389-403). España: Elsevier.

NADAL ALEMANY, R. (2007). La búsqueda de sensaciones y su relación con la vulnerabilidad a la adicción y al estrés. *Adicciones*, 20, 1, 50-72.

NAVARRO BOTELLA, J. (2000). Factores de riesgo y protección de carácter social relacionados con el consumo de drogas. Madrid: Ayuntamiento de Madrid. Plan Municipal contra las Drogas.

Newcomb, M:D.; (1995) Identifying high-risk youth: prevalence and patterns of adolescent drug abuse. En: E. Rahdert y D. Czechowicz, D. (eds) *Adolescent drug abuse: clinical assessment and therapeutic interventions*. National Institute on Drug Abuse. Rockville, MD: 7-38.

NIDA. (1993) Resilience/Protective Factors. (En línea) <http://165.112.78.61/>.

NIDA. (1997) Resilience/Protective Factors. (En línea) <http://165.112.78.61/>

OBSERVATORIO EUROPEO DE LAS DROGAS y LAS TOXICOMANÍAS (2007). Informe anual europeo 2007. El problema de la drogodependencia en Europa. Luxemburgo: Oficina de Publicaciones Oficiales de las Comunidades Europeas.

PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS (2007). Encuesta sobre drogas a la población escolar 2006 (ESTUDES). Madrid: Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas.

PEÑAFIEL PEDROSA, Eva (2009). Factores de riesgo y protección en el consumo de sustancias en adolescentes. 2009, 32. 147-173.

PONS DIEZ, J. y BERJANO PEIRATS, E. (1999). El consumo abusivo de alcohol en la adolescencia. Un modelo explicativo desde la psicología social. Madrid, Plan Nacional sobre Drogas.

RECIO, J. L., SANTOS, C., SANCHEZ, M.A., ESCAMILLA, J. P., BARAHONA, M. J. y PLAZA, L. A. (1992). Papel de la familia, los compañeros y la escuela en el abuso de drogas. Madrid: Cruz Roja Española.

RUIZ CARRASCO, P., LOZANO SANMARTÍN, E. y POLAINO LORENTE, A. (1994). Variables personales, familiares y patrones de consumo de alcohol y drogas ilegales en el adolescente. *Anales de Psiquiatría*, 10, 04, 29-36.

TURBI, A. y LLORIA, R. (2005). Prevención con menores en situación de riesgo. Valencia: Proyecto Hombre