

MANUAL METODOLÓGICO PARA EL ENFRENTAMIENTO A LAS ADICCIONES

METHODOLOGICAL MANUAL FOR THE CONFRONTATION TO THE ADDICTIONS

Nelson Ramírez Miranda¹, Lic. Leonor Pérez Carralero²

1. Master en Urgencias Médicas en la Atención Primaria de Salud. Lic en Enfermería. Profesor Auxiliar. Universidad de Ciencias Médicas. Holguín. Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-4315-1197>
2. Licenciada en Enfermería. Máster en Atención Integral al Niño. Profesora Auxiliar. Universidad de Ciencias Médicas. Holguín. Cuba. <https://orcid.org/0000-0002-5829-2312>.

RESUMEN.

El consumo de sustancias adictivas modifica los estilos de vida de las personas y es considerado un fenómeno multifactorial, dinámico y cambiante en sus formas, así como en la diversidad de sus factores etiológicos. Si bien es cierto que no todo consumo de drogas es sinónimo de adicción, es un hecho también que toda adicción se inició con un consumo, y es por ello que nuestros esfuerzos en prevención, detección y formación deben estar dirigidos a brindar atención a los grupos más vulnerables, así como a la capacitación y actualización a fin de unir esfuerzos con fundamentos basados en evidencias sólidas que permitan ganar el tiempo ante el creciente uso de estas sustancias en la población. No existen dudas de que el objetivo fundamental de la educación es conseguir un desarrollo integral de la personalidad. Este proceso de formación incluye la adquisición y construcción de conocimientos, el desarrollo de habilidades, estrategias y de actitudes, así como también el tratamiento de la dimensión ética y de valores. Desde esta perspectiva, apunta al desarrollo de una actitud crítica y reflexiva con una disposición para la acción. Implementar un manual metodológico para el enfrentamiento a las adicciones, sustentado en la promoción de salud y el fomento de valores, conocimientos, recursos y habilidades fortalece la capacidad de la institución universitaria y de sus estudiantes de asumir de manera autónoma y responsable para un estilo de vida saludable.

Palabras clave: adictivas, ética, enfrentamiento

ABSTRACT

The consumption of addictive substances modifies the lifestyles of people and a phenomenon multifactorial is considered, dynamic and changing in its forms, as well as in the diversity of its factors etiologic. Although it is certain that not all consumption of drugs is synonymous of addiction, it is also a fact that all addiction began with a consumption, and it is for it that our efforts in prevention, detection and formation should be directed to offer attention to the most vulnerable groups, as well as to the training upgrade in order to unite efforts with foundations based on solid evidences that allow to win the time before the growing use of these substances in the

population. They don't exist doubts that the fundamental objective of the education is to get an integral development of the personality. This formation process includes the acquisition and construction of knowledge, the development of abilities, strategies and of attitudes, as well as the treatment of the ethical dimension and of values. From this perspective, it points to the development of a critical and reflexive attitude with a disposition for the action. To implement a methodological manual for the confrontation to the addictions, sustained in the promotion of health and the development of values, knowledge, resources and abilities strengthen the capacity of the university institution and of their students of assuming in an autonomous and responsible way for a healthy lifestyle.

Keyword: addictive, ethics, confrontation.

INTRODUCCION

La educación es una condición necesaria para promover la salud de los individuos y las comunidades en tanto favorece el acceso a la información, el desarrollo de las habilidades para la vida, la identificación de posibilidades de elección saludables y el empoderamiento de los individuos y la comunidad para actuar en defensa de su salud. (1,2)

La promoción de la salud, desde la intervención educativa, se relaciona con el fortalecimiento de aquellos factores que mejoren la calidad de vida: los valores sociales (responsabilidad, solidaridad, cooperación, compromiso, entre otros), la participación de los individuos en actividades comunitarias y su integración en actividades grupales positivas (deportes, lecturas, arte, entre otras); así como el desarrollo personal de los individuos (autoestima, relaciones interpersonales, proyectos de vida, superación de obstáculos, derechos y deberes. La comunidad educativa es un contexto privilegiado para actuar tempranamente con programas dirigidos a la prevención y al refuerzo de factores de protección que limiten o, al menos, disminuyan las posibilidades de aparición de conductas de riesgo, especialmente aquellas relacionadas con los trastornos adictivos. Con este fin, el manual metodológico incluye el desarrollo de diferentes acciones educativas: información sobre las drogas, promoción de hábitos saludables, fomento del autocontrol emocional, entrenamiento para afrontar con éxito los problemas de la vida cotidiana y resistencia a las presiones sociales hacia el consumo. (2)

Es por ello que las instituciones universitarias como importantes agentes de socialización tienen el deber de desarrollar estrategias y programas educativos dirigidos a la prevención de las adicciones, centrados en las necesidades psicoeducativas de sus educandos, lo que implica considerar las particularidades de los adolescentes y jóvenes, por ser etapas de la vida en donde comienza generalmente el debut del consumo de drogas. Tratar de resolver esta problemática, implica acercarnos al imaginario de lo que sería una "institución saludable", lo cual que aspiramos a tener y mantener. (3,4)

Las Incidencias del uso, consumo y abuso de sustancias como las bebidas alcohólicas y el tabaquismo. Que, si bien se ha avanzado en el diagnóstico de los grupos de riesgo, en la organización y capacitación de los docentes para el trabajo preventivo, y en la cantidad de acciones, todavía no se logra la efectividad esperada, identificándose limitaciones que requieren ser superadas para lograr las metas propuestas; razón por la cual se ha procedido a la actualización del Programa de prevención del uso indebido de drogas en el sistema de educación de nuestra institución. (6,7)

DESARROLLO.

La elaboración de este Manual se asienta sobre diferentes modelos teóricos que portan visiones complementarias y nos permiten la elección de los contenidos, ya que determinan los factores sobre los que se debe incidir y la metodología de aplicación, para tal propósito el presente Programa sienta sus bases teóricas y metodológicas en la integración de los aportes de los siguientes modelos: Desde la perspectiva de la Salud: Modelo Biopsicosocial de Salud. Reconoce la multicausalidad de los problemas de salud lo cual impone como exigencia adoptar modelos integrales comprensivos y multivariados. Parte de la consideración de los factores biológicos, psicológicos y sociales tanto en la génesis como en el desarrollo de problemáticas de salud por lo que deben ser abordados desde el punto de vista diagnóstico, preventivo como interventivo.

Modelo de promoción de la salud: El modelo considera la salud como un recurso para vivir mejor y más plenamente, no como el objetivo de la vida. Desde este punto de partida, se toman en consideración los factores económicos, políticos, sociales y psicológicos que influyen y determinan el comportamiento humano de forma integral.

El enfoque riesgo-protección (Becoña, 1999): permite identificar y actuar sobre causas multifactoriales de diferentes afecciones; en este caso, desde la etiología del consumo de drogas Desde la perspectiva del desarrollo: El Modelo Ecológico (Bronfenbrenner, 1987): aporta una perspectiva global de todos los contextos que influyen en el desarrollo de los individuos. Propone que al diseñar intervenciones preventivas se tengan en cuenta los factores de riesgo y de protección existentes en cada los distintos sistemas en los que la persona joven se encuentra inserta.

El enfoque histórico – cultural (Vygotsky, 1987): Se concibe al sujeto en su individualidad y como resultado de las interacciones que establece con otros, al reconocer el ser humano como ser social y toda actividad humana como social.

Describe la ley de la doble formación de las funciones psíquicas superiores la cual permite comprender que la fuente principal del desarrollo psíquico es la interiorización de los elementos culturales, precisando que toda función psíquica en la formación y desarrollo de la personalidad aparece dos veces: primero en la

interacción con otras personas (plano inter-psicológico) y luego en el interior del propio sujeto (plano intra-psicológico).

Desde la perspectiva de la prevención de adicciones: Teoría de las Representaciones Sociales (Moscovici, 1981): plantea que las representaciones sociales permiten explicar comportamientos a partir de los grupos de referencia y los contextos particulares a los cuales se vinculan las personas, siendo filtrados desde lo cultural. Por ello se considera una variable importante al definir lo que es considerado o no como riesgoso para cada grupo específico al concebir las acciones preventivas.

Teoría del aprendizaje social (Bandura, 1984): señala que la relevancia que adquieren los contextos y grupos de referencia se refleja también en el aprendizaje de comportamientos, debido a que estos contextos son fuente de modelos que resultan válidos para los actores. Las actitudes hacia los comportamientos riesgosos pueden ser incentivadas a aparecer por el grupo social de referencia de las personas.

Modelo de Creencias de Salud (Rosenstock, 1974): considera que la percepción de riesgo incluye una valoración subjetiva que evalúa el grado de susceptibilidad atribuido a la probabilidad de enfermar, la percepción atribuida a la severidad del problema de salud y los costes/beneficios percibidos en función de que se puedan reducir los riesgos de salud al adoptar conductas saludables.

Teoría de la acción razonada y la conducta planteada (Fishbein y Azjen, 1975, 2010): focaliza la intencionalidad de asumir conductas riesgosas a través de la norma subjetiva y las actitudes, medidas mediante la intención.

Desde la perspectiva educativa: Enfoque constructivista: Parte de la consideración del individuo como constructor de su aprendizaje y responsable de sí mismo, especialmente a través de la interacción con los otros, lo que permite la construcción de aprendizajes significativos que le preparan para la vida

Enfoque integral: Parte de una perspectiva humanista y se proyecta a la formación de profesionales críticos, responsables y comprometidos con la transformación de su entorno social inmediato a través de un ejercicio ético de su profesión.

Los presupuestos metodológicos de la prevención desde el contexto educativo están por diversas instancias.

El consumo de sustancias adictivas es un fenómeno multicausal. La explicación del consumo en un individuo depende de factores sociales, psicológicos y biológicos.

Las políticas y las intervenciones sobre las drogas deben ser equilibradas, integradas y basadas en la evidencia.

-Las acciones de prevención deben ocurrir en el momento apropiado, cuando aún es tiempo de disminuir el riesgo, y no permitir que el problema de abuso de sustancias tóxicas aparezca.

-Las acciones al inicio de la etapa universitaria han de incluir entre sus objetivos los de facilitar la adaptación a la vida universitaria y el desarrollo de habilidades personales que le permiten al joven controlar situaciones de consumo y el manejo de la presión social proveniente de avisos publicitarios y comerciales, sitios de consumo ubicados cerca de las universidades y consumo de pares y familiares, a todo lo cual se ve sometido. (8)

-Debe partirse de un diagnóstico certero de la incidencia, prevalencia, así como de los factores de riesgo presentes. Cuanto mayor sea el riesgo de la población objetivo, más intensivos deberían ser los esfuerzos preventivos y más tempranamente se deberían comenzar los mismos

Resulta importante detectar las consecuencias a corto plazo del consumo de drogas, con el fin de desarrollar estrategias de intervención temprana y evitar así el incremento y el agravamiento de las mismas conforme pasa el tiempo o los individuos tienen más edad.

Las acciones que se desarrollen deben orientarse al desarrollo de las habilidades para la vida, entendidas como las destrezas para conducirse de cierta manera, de acuerdo con la motivación individual y el campo de acción que tenga la persona, dentro de sus posibilidades sociales y culturales, Desde esta visión, la tarea de educar se apoya y se direcciona hacia el aprender a conocer, aprender a aprender, aprender a vivir juntos y el aprender a ser (9,10).

El aprendizaje de contenidos, conceptos, normas o valores ocurre sólo cuando el alumno es capaz de atribuirles un significado personal. Bajo este presupuesto, el foco del aprendizaje es el alumno y cómo éste va construyendo sus conocimientos, así como las dimensiones cognitivas, motivacionales y de comportamiento por él activadas en este aprendizaje (11,12). En resumen, para que las líneas de acción del Manual en el cumplimiento de los objetivos se debe conocer la realidad a transformar, involucrar a los actores anteriormente mencionados en todas las fases del proceso, actuar sobre las variables más predictores, o factores de riesgo, promover el desarrollo, las redes de apoyo y la integración, diversificar estrategias y métodos para llegar efectivamente al grupo en condición vulnerable y por último actuar continua y sostenidamente en el tiempo.

No existen dudas de que el objetivo fundamental de la educación es conseguir un desarrollo integral de la personalidad. Dicho proceso de formación incluye la adquisición y construcción de conocimientos, el desarrollo de habilidades, estrategias y de actitudes, así como también el tratamiento de la dimensión ética y de valores. (13,14,15)

Se llevará a cabo una investigación de tipo desarrollo, con enfoque mixto en la Facultad de Ciencias Médicas “Mariana Grajales Coello” de la provincia Holguín en el período enero 2022 y diciembre 2023, cuyo objeto de estudio es la superación profesional desde un Manual metodológico para el enfrentamiento a las adicciones, que contribuye a adecuar la percepción de riesgo en relación con el uso, consumo y abuso indebido de drogas. El campo de acción se limita prevención en drogodependencias de recursos humanos en salud a través de la educación sistemática, El presente proyecto es concebido como un proyecto sombilla que define sus líneas de investigación como, (16)

El proceso de insertar en la institución universitaria el Manual metodológico para el enfrentamiento a las adicciones, a través del desarrollo de acciones académicas, científicas y extensionistas propiciadoras de valores, conocimientos, recursos y habilidades que fomenten el desarrollo personal y la adopción de un estilo de vida saludable, lo que contribuye a adecuar la percepción de riesgo, mediante el proceso de la formación de un profesional competente con capacidad para incidir preventivamente en los contextos familiares, sociales y profesionales a los cuales se vincule una vez que culmine su formación. (17)

Desde esta perspectiva, nuestro trabajo apunta al desarrollo de una actitud crítica y reflexiva con una disposición para la acción, en el enfrentamiento de las adicciones mediante un sistema de estrategias. Se realizó un ensayo de intervención educativa sobre las adicciones y las normas de conductas entre los estudiantes de la residencia estudiantil de la FCM de Holguín, curso escolar 2020-2022, con los objetivos de determinar su prevalencia, identificar sus conocimientos al respecto y contribuir a la disminución de la conducta del consumo irresponsable. El universo ascendió a 348 estudiantes y la muestra a 112, que afirmaron tener alguna conducta adictiva a una o más de estas sustancias (Bebidas alcohólicas, Tabaquismo). Previo consentimiento informado se aplicó un cuestionario conteniendo datos generales y de conocimientos sobre estas sustancias. Se destacó la prevalencia de consumo de bebidas alcohólicas, hábito de fumar y la violación de normas establecidas, antes de la intervención educativa, Entre las motivaciones se encontró un número importante de familiares que consumen estas sustancias. Plantearon algunos problemas de comunicación y de relaciones interpersonales. Se observó un aumento significativo de los conocimientos acerca del tema.

La elaboración e implementación del Manual Metodológico para el enfrentamiento a las adicciones está dirigida en dos líneas de investigación fundamentales:

Centrados en la institución universitaria, para llevar a cabo acciones dirigidas a promover en la comunidad universitaria una conciencia social sobre la magnitud de los problemas, los daños, los costes personales y sociales relacionados con las adicciones, y sobre la importancia de que la sociedad en su conjunto, y en particular las universidades como instituciones formativas, sean parte activa en su solución.

Insertar en la estrategia educativa del año académico acciones que respondan a la estrategia preventiva a través del desarrollo de acciones académicas, científicas y extensionistas propiciadoras de valores, conocimientos, recursos y habilidades que fomenten el desarrollo personal y la adopción de un estilo de vida saludable. Identificar los factores y comportamientos de riesgo que inciden en el consumo de drogas, así como factores protectores que pueden contribuir a la protección de esta problemática. (18,19)

Capacitar a los agentes educativos en la labor preventiva dotándolos de habilidades y herramientas metodológicas que ayuden a conducir las actividades formativas y preventivas de una forma eficiente.

Centrados en los estudiantes, para implementar acciones encaminadas a: ampliar y adecuar el conocimiento sobre los efectos y consecuencias nocivas de las diferentes drogas, modificando los mitos y creencias erróneas en torno a las mismas.

Contribuir a adecuar la percepción de riesgo, potenciando la capacidad para tomar decisiones independientes y responsables ante las presiones sociales.

Favorecer el desarrollo de factores de protección individuales, a través del desarrollo de valores, conocimientos y el entrenamiento en habilidades para la vida, que permitan afrontar adecuadamente los conflictos más comunes teniendo en cuenta el período evolutivo en el que se encuentran. (20)

Contribuir a retrasar y/o evitar el inicio de consumo de sustancias psicoactivas, para promover una actitud reflexiva y crítica sobre los diferentes usos del tiempo libre a través de su adecuada planificación, como factores claves, incrementando, las actividades saludables y desarrolladoras en contraposición al consumo de drogas

Promover la adopción de estilos de vida libres del uso de estas sustancias, incrementando el desarrollo de actitudes positivas hacia la práctica de conductas saludables. (22)

CONCLUSIONES

Favorecer a través de la estrategia de prevención, el uso indebido de sustancias adictivas, mediante la aplicación de un enfoque integral y sostenible en la labor educativa. Reducir problemas relacionados con el uso de drogas, tales como indisciplinas sociales, ausentismo, fracaso académico, accidentes y problemas de salud, logrando un mejoramiento de la calidad de vida, para contribuir a la formación de un profesional competente con capacidad para incidir preventivamente en los contextos familiares, sociales y profesionales a los cuales se vincule una vez que culmine su formación académica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:



1. Ortiz, M. & Ortiz-Márquez, M. (2018). Factores de riesgo en adicciones y su relación con actividades deportivas y recreativas. *Retos*, 34, 71 -79
2. Serrano Suárez, Marileé1 Suárez Padilla, Dolys2 Peña García, Yoenny3 Suárez Padilla, Ania. Intervención educativa para prevenir la iniciación tabáquica en adolescentes. Puerto Padre.2015-2018
3. Mena Cardoso A, Rodríguez Águila E, Ramos Hurtado I et al. El hábito de fumar en la adolescencia. *Acta Médica del Centro / Vol. 11 No. 1, 2017.* <http://www.revactamedicacentro.sld.cu> 76 Universidad de Ciencias Médicas "Dr. Serafín Ruiz de Zárate Ruiz", Santa Clara, Villa Clara, Cuba.
4. Martínez Torres J, Peñuela Epalza M. Prevalencia y factores asociados al consumo de cigarrillo tradicional, en adolescentes escolarizados. *Rev Med Chile* 2017; 145: 309-318.
5. Lisanti Raúl, Gatica Hernández David, Abal Javier, Lisanti German, Di Giorgi Lucas, González Luis et al . Tabaquismo: su relación con personalidad y variables sociales. *Rev. am. med. respir.* [Internet]. 2016 Dic [citado 2018 Ene 07]; 16(4): 332-340. Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1852-236X2016000400007&lng=es
6. Sánchez-Padilla M, Ramírez Gutiérrez V, Arias Rico J et al. Tabaquismo en adolescentes de un rango de 10 a 18 años. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo* Publicación semestral Vol. 8, No. 15 (2019) 92-94. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/issue/archive>
7. Liqueste Arauzo L, Pérez Ruiz E, Marugán de Miguelsanz JM, Rodríguez Molinero L, de Uribe Ladrón de Cegama F, Ugidos Gutiérrez MD, et al. Riesgo percibido sobre el consumo ocasional de tabaco tradicional y electrónico en adolescentes. *Rev Pediatr Aten Primaria.* 2017; 19:127-36.
8. Hinojosa-García L, García-García P, Jiménez-Martínez AA, Gracia-Castillo GN. Autoestima y consumo de tabaco en adolescentes de secundaria. *SANUS.* 2020; (14): 1 -10. *SANUS.* 2020;(14): 1 -10 DOI: 10.36789/sanus.vi14.180 www.sanus.unison.mx
9. Ruiz Camacho R, Lugo Galán G, Fabián Lagunas A, Víctor Hugo Alzúa Ramírez. Intervención de enfermería en tabaquismo en adolescentes de secundaria, Iguala Guerrero. *Revista Electrónica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación.* Vol. 6, Núm. 12 Julio - diciembre 2019 ISSN: 2448 - 6280
10. García García J, García Tafolla G, Ortiz-Cortes A et al,. Modelo Predictivo para el consumo de alcohol y tabaco en adolescentes: caso Campeche. *Revista Cubana de Enfermería.* 2017; 33(2):445-59.
11. Iglesias Carbonell S, Mendiluz Nazco Y, Arteaga Prado Y. El tabaquismo en adolescentes preuniversitarios de la ciudad de Pinar del Río, Cuba. *Revista Cubana de Pediatría.* 2017;89(4) <http://scielo.sld.cu>
12. Valarezo-Bravo, O. F., Erazo-Castro, R. F., & Muñoz-Vinces, Z. M. (2021). Síntomas de ansiedad y depresión asociados a los niveles de riesgo del consumo de alcohol y tabaco en adolescentes de la ciudad de Loja, Ecuador.



- Health and Addictions / Salud y Drogas, 21(1), 279-293.
doi:10.21134/haaj.v21i1.584
13. Eva Leal-López*, Inmaculada Sánchez-Queija*, Carmen Moreno*. Tendencias en el consumo de tabaco adolescente en España (2002-2018). Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Universidad de Sevilla, Sevilla, España. adicciones vol. 31, nº 4 2019.
 14. Martínez Frómata M, Toledo Pimentel B, Moreira Silverio B. Labor extensionista desde la universidad médica para prevenir el tabaquismo en niños y adolescentes. EDUMECENTRO 2016;8(1):84-95 ISSN 2077-2874. RNPS 2234. Santa Clara ene.- mar.<http://www.revedumecentro.sld.cu>
 15. Aguilera Arzuaga CR. La conducta Suicida y sus factores de riesgo en Holguín, Cuba. CCM [revista en Internet]. 2018
 16. Adolescencia. ¿Qué es la adolescencia? [Internet]. [citado 12 de dic de 2021]. Disponible en:
http://www.sld.cu/sitios/adolescencia/verpost.php?pagina=1&blog=http://articulos.sld.cu/adolescencia&post_id=654&c=2987&tipo=2&idblog=171&p=1&n=dfk
 17. Soler Sánchez Y, Pérez Rosabal E, Mejías Cesar M, López Sánchez MD, Cesar Rodríguez MA. Programa educativo para potenciar factores protectores en adolescentes con conducta suicida. RM [revista en Internet]. 2016 [citado 12 dic 2021]; 20(1): [aprox. 10p.]. Disponible en <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/viw/139>
 18. Cuenca-Doimeadios E, Marsal-Ramos L. Prevención integral de salud mental con enfoque ecológico para adolescentes desde el escenario escolar. Correo Científico Médico [Internet]. 2021 [citado 21 Ene 2022]; 25 (4) Disponible en: <http://www.revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/3930>
 19. Manual de Salud Mental Infantil y Adolescentes de la IACAPAP. Cap E4. Trastorno del ánimo. Suicidio y Conducta autolesiva. Edition 2018 2-5
 20. Reyes Medina NE. Intervención Educativa Integral para la prevención del intento suicida en adolescentes desde el escenario escolar. [Tesis]. Holguín: Hospital Pediátrico provincial; 2018.
 21. Fredman A, Kaplan H, Sadock B.: Alcoholismo Y psicosis alcohólica. En: Morris E, Chafetz MD, eds. Tratado de Psiquiatría. La Habana: Editorial Científico - Técnica; 1992 Pp 1481 – 97. (Edición Revolucionaria).
 22. Tabaquismo. ¿Es posible dejar de fumar? SEMERGEN [Internet]. 2019 may. [citado 28 Feb 2021]. Disponible en: <https://cinfasalud.cinfa.com/p/taquismo/>