



## **LAS OTRAS DROGODEPENDENCIAS**

---

*Lourdes Maceiras García*

*Angel Segovia Largo*

*Xoán Miguel Barros Dios*

### **PALABRAS CLAVE**

Educación para la Salud, medio educativo, estilos de vida, drogodependencias, alcoholismo.

### **INTRODUCCION**

El consumo de bebidas alcohólicas forma parte de las costumbres profundamente arraigadas en nuestro medio social y nuestra cultura. El hecho de beber es considerado normal y aceptado por todos. Los establecimientos que despachan bebidas alcohólicas se encuentran a cada paso y constituyen un lugar de encuentro y socialización para jóvenes y adultos, para hombres y mujeres.

La aceptación natural del hecho de que vivimos en una cultura en la que las bebidas alcohólicas y su uso juegan un papel tan importante, no debe cerrar el paso a una reflexión sobre el particular. Una reflexión acerca de una sustancia, el alcohol, cuyo abuso provoca serios daños en el organismo y no menos graves alteraciones de la convivencia normal.

### **PERSONAS Y MÉTODOS**

#### *Población diana*

Ciclo Medio (9-11 años) de un Colegio Público de la provincia de La Coruña.

#### *Objetivos*

- \* Aumentar el nivel de información sobre el alcohol.
- \* Comprender el riesgo de consumir alcohol.
- \* Potenciar la adopción de actitudes preventivas con respecto a la propia salud.

## Contenidos

### A) Conceptos básicos:

\* *Droga* : cualquier sustancia, farmacológicamente activa, que introducida en un organismo vivo puede modificar una o más funciones de éste, y puede producir un estado de dependencia psíquica, física o ambas.

\* *Drogodependencia* : estado físico y, a veces, psíquico, causado por la acción recíproca entre un organismo vivo y un fármaco, que lleva al individuo a sentir un impulso irreprimitible de tomar la droga, de forma contnua o periódica, para experimentar sus efectos psíquicos e, incluso, para evitar el malestar que produce el hecho de estar privado de él. Una misma persona puede ser dependiente de una o varias drogas. La dependencia puede ir acompañada, o no, de tolerancia.

\* *Tolerancia* : estado de adaptación caracterizado por la disminución de respuesta a la misma cantidad de droga o por la necesidad de una dosis más alta para provocar el mismo efecto farmacodinámico; es decir, la necesidad de administrarse más cantidad de droga para seguir notando los mismos efectos.

\* *Drogodependiente o drogadicto* : persona que presenta dependencia y/o adicción respecto a una o varias drogas.

\* *Prevención del riesgo de uso de las drogas* : conjunto de acciones destinadas a limitar y anular los factores etiológicos (causantes) del riesgo de uso de las drogas, para que este riesgo no se produzca o quede reducido a la mínima expresión.

### B) Alteraciones que produce en la salud física, psíquica y social, el consumo de alcohol:

\* *Física* : Directas: inflamación de la mucosa gástrica y el páncreas, adiposis hepática que con el tiempo degenera en cirrosis, vasodilatación periférica (nariz de bebedor), neuritis, atrofia testicular... Indirectas: avitaminosis, elevada sensibilidad a las infecciones...

\* *Psíquica* : abulia, labilidad afectiva, celos, pérdida de memoria...

\* *Social* : cambio de carácter, alejamiento de los amigos, descuido de la familia, fracaso profesional, inestabilidad, abandono...

### C) Factores causantes del consumo abusivo de alcohol:

\* Falta de información veraz sobre sus efectos. Desmitificar tópicos sobre el alcohol “como alimento”, “como estimulante”, “para entrar en calor”, etc.

\* Falta de metas atractivas en la vida hacia las que orientar el desarrollo personal.

\* Sentimiento de culpabilidad por el fracaso escolar o profesional.

\* Contacto con compañeros que lo toman, y uso *litúrgico* en las formas de ocio y diversión de nuestra sociedad actual.

\* Factores familiares.

D) Responsabilidad que tenemos sobre el cuidado de nuestra propia salud y la de los demás.

## Intervención

El tutor del ciclo medio de un colegio público se planteó que, ante el aumento del consumo de alcohol por los adolescentes del pueblo, sería bueno abordar esta temática ya en

sus clases. Al considerar que podría ser enriquecedora la participación de personas sanitarias, convocó una reunión *de contacto*, y de ella salió la decisión de llevar a cabo un *programa* desde sus clases. Éste se realizó durante el primer trimestre del curso, enmarcado entre la vendimia del mes de septiembre y el comienzo del consumo de ese vino en los meses de noviembre-diciembre, precediendo al mayor consumo de alcohol que suele tener lugar en las fiestas navideñas.

En las clases, que por cierto fueron las de ética, se siguió el método de trabajo:

1º) Explicación de contenidos sobre el alcohol.

2º) Trabajo en pequeños grupos (4 alumnas/os): estudio del tema, lectura de textos, discusión de tópicos, elaboración de listas de bebidas alcohólicas y no alcohólicas...

3º) Puesta en común y debate.

En todo momento los alumnos estuvieron ayudados por el profesor y una médica.

Se trataba de que, en la medida en la que fuese posible, y en función de su madurez, siguiesen un ritmo de investigación-acción, consistente en:

1º) análisis de los temas

2º) síntesis - tomas de postura

Elaboraron un lema de trabajo, ayudados por alumnos mayores, que fué: "No te bebas la vida".

Como actividades especiales, se realizaron con mucho éxito varias representaciones y dramatizaciones de situaciones y personas que toman alcohol, y de los efectos que puede producir.

#### *Recursos*

*Humanos:* profesor y médica.

*Materiales:*

- \* proyector de diapositivas, pantalla y diapositivas;
- \* magnetoscopio, aparato de televisión y vídeos;
- \* bibliografía: libros, revistas, comics, folletos, periódicos...;
- \* anuncios sobre alcohol;
- \* reprografías, fichas, franelogramas, juegos, carteles, adhesivos...

Todo tipo de material que motivase y resultase didáctico fué considerado válido y utilizado.

#### *Evaluación*

La evaluación debe ser un proceso permanente, cuyo objetivo es valorar si los programas, actividades y resultados responden a los objetivos establecidos.

Así, hicimos una evaluación continuada, cualitativa y cuantitativa.

Analizamos, al iniciar el programa y al final de él, las mismas variables: - conocimientos sobre el alcohol

- actitudes: \* hacia el alcohol

- \* hacia los consumidores de él
- \* hacia los no consumidores
- motivaciones: \* para el consumo
- \* para el no consumo

Los métodos que empleamos para medirlas fueron, básicamente:

- cuestionarios
- entrevistas-charlas con los alumnos
- observaciones directas
- redacciones

## RESULTADOS

Aumentó la información sobre el alcohol, sus efectos y los riesgos que su consumo comporta para la salud, con respecto a la que tenían al inicio de la intervención educativa.

Se incrementó la sensibilidad hacia la problemática física, psíquica y social del consumo de alcohol.

Se acrecentó la comprensión de las causas que pueden inducir al consumo de alcohol.

Germinó la autorresponsabilidad en el cuidado de la salud.

Con respecto a las creencias y actitudes hacia el alcohol, consumidores y no consumidores, hubo un aumento en las respuestas positivas a:

- “El exceso de alcohol estropea las relaciones”.
- “El exceso de alcohol daña el cuerpo”.

Y un incremento en las respuestas negativas a:

- “Beber alcohol es divertido”.
- “Beber alcohol hace sentirse bien”.
- “Beber alcohol ayuda a pasarlo bien”.
- “Beber alcohol ayuda a hacer amigos”.
- “Beber alcohol ayuda a olvidar problemas”.
- “No es tan malo beber alcohol”.
- “Emborracharse no hace daño”.

En lo que concierne a los comportamientos, eran demasiado jóvenes en general para haber experimentado ya con el alcohol. Pero la mayoría (52%) decía de sus hermanos/as mayores que habían empezado a beber con sus amigos/as, en las discotecas, en los fines de semana y en las fiestas; otro grupo (28%), que habían empezado en su casa o en la de algún amigo; y otro grupo pequeño (4%) afirmaba haber visto beber a sus hermanos en casa *a solas*.

Referente a las expectativas de comportamiento futuro, disminuyó la proporción de quienes decían que “beberían de mayores”, o, por lo menos, que “beberían mucho”. Hacían diferencia entre uso y abuso.

Nos *devolvieron* en forma de pregunta-afirmación-pataleta la frase: “La mayoría de los adultos bebe”.

## DISCUSION DE LOS RESULTADOS

Se aprecian cambios significativos en conocimientos, creencias y actitudes después del programa.

De todos modos conviene ser críticos con estos resultados dado que no se puede evaluar a tan poca distancia de la intervención educativa la resonancia futura que va a tener este éxito aparente, no se sabe si se va a mantener el cambio real de actitud a largo plazo, sobre todo si tenemos en cuenta el factor *influencia de los grupos de iguales* en la toma de decisiones, sobre todo en los adolescentes; es probable que al menos algunos/as de estos/as niños/as que ahora afirman que “no beberán mucho de mayores”, se cojan alguna borrachera de jóvenes, en parte porque estamos inmersos, hoy por hoy, en una *cultura de la litrona* y en parte porque, a veces, el paso de *beber normal a beber mucho* es insensible, y más yendo en pandilla.

Dado que un porcentaje de adolescentes empieza a beber en casa, y que argumentan como una de las *disculpas* para beber el que los adultos beban, está claro que no conviene perder de vista ante los niños con los que se conviva, sea en casa, en el colegio o en la calle, que educamos con lo que somos y hacemos, no con lo que decimos. Los estilos de vida saludables hay que sembrarlos primero para poder recoger después adultos sanos.

Consideramos como factor de riesgo el hecho de *beber a solas*; ese grupo de jóvenes mantiene con el alcohol una relación más peligrosa.

## CONCLUSIONES

\* Es conveniente seguir haciendo intervenciones sobre esta misma población diana en etapas posteriores, para que refuercen los avances que se han logrado con este programa.

\* Es importante la inclusión de los padres en estos programas, al menos con carácter informativo, porque su papel ejemplarizante es fundamental.

\* Hay que desarrollar más intervenciones de este tipo con muchachos/as del Ciclo Superior (12-14 años) ya que están en edades más peligrosas que los del Ciclo Medio y en una etapa más proclive para la iniciación en diversas drogodependencias (no sólo el alcoholismo, también el tabaquismo y consumo de drogas *ilegales*).

\* El resto del contexto escolar y extraescolar deben reforzar este tipo de actuaciones preventivas, sino serán menos efectivas dado que niños y adolescentes se educan en la escuela y fuera de ella. Hay que conseguir una *actitud global* de la población para que ésta se implique en conseguir una vida más saludable para todos.

## AGRADECIMIENTOS

A la Fundación Santa María, por la ayuda en los recursos.

Al Plan Autonómico sobre Drogodependencias de la Xunta de Galicia, por el apoyo técnico.

A Javier Calvo y a Nieves Lamarca, por el camino recorrido juntos.

A M<sup>a</sup> Dolores Gant, por la revisión crítica del primer borrador.

## BIBLIOGRAFIA

- \* AAVV. Alcohol y Salud: ¿Sabes suficiente?. *Inf Ter Sist Nac Salud* 1991; 15(3): 78-81.
- \* AAVV. *La Santé Au Fil Des Pages*. Rennes: Bibliothèque Municipale, 1991.
- \* AAVV. Prevención del alcoholismo en la escuela. *Rev Psiquiatr Psicol Med* 1985; XVII(4): 213-23.
- \* Alcántara R; Gusti. *¿Quién dice no a las drogas?* Zaragoza: Edelvives, 1993.
- \* Alvira F. *Estudio del consumo de alcohol y otras drogas de los adolescentes españoles y de los factores que influyen en el mismo*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, 1984.
- \* Andrés F. *Los nuevos valores de los españoles. España en la Encuesta Europea de valores*. Madrid: SM / Fundación Santa María, 1991.
- \* Asociación Ex-Alcohólicos Ferrolterra. Alcoholismo y Educación Sanitaria. *Bol Inf* 1990; 27: 19-23.
- \* Asociación Galega de Educación para a Saúde. Prevención inespecífica de las drogodependencias. *Bol Idea-Prev* 1992; 5: 35.
- \* Associació per a la prevenció de l'alcoholisme, altres toxicomanies i per a la reinserció social (ed). *APAT: Associació per a la prevenció de l'alcoholisme, altres toxicomanies i per a la reinserció social*. Barcelona, s.d.
- \* Basadre R, et al. Hábitos de consumo alcohólico en escolares gallegos. *Drogalcohol* 1983; VIII (1).
- \* Calvo T. *Los racistas son los otros*. Madrid: Popular.
- \* Carrasco AL, González J, Tejedor JM. Tabaco y adolescencia: propuestas para una campaña antitabaco eficaz. *Rev Sanid Hig Publica* 1980; 54: 289-321.
- \* Castro P, Amigo M, Cotelo JM, et al. *Guía: A experiencia de educar para a saúde na escola*. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia, 1992.
- \* Comas D, et al. *Drogodependencias: Guía para realizar programas de Formación de Mediadores*. Madrid: Comisión Interministerial para la Juventud y la Infancia, 1989.
- \* Comas D. *El uso de drogas en la juventud. Informe Juventud en España*. Madrid, 1985.
- \* Comisión Asesora para o desenvolvemento do programa de prevención do consumo de drogas. *Prevención en drogodependencias. Documento marco*. Santiago de Compostela: Plan Autonómico sobre Drogodependencias, 1993.
- \* Consejo de Europa (ed). *L'alcool et l'alcoolisme: évaluation de méthodes de traitement*. Estrasburgo, 1978.
- \* Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. *Experiencias de Actuaciones Sociales en la Comunidad*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, 1990.

- \* Díaz F. *La prevención del alcoholismo en la escuela*. Madrid, 1984.
- \* Elzo J. *Los jóvenes y su relación con las drogas*. Vitoria: Gobierno Vasco, 1989.
- \* Equipo de Investigación Sociológica KISH. *Estudio epidemiológico del alcoholismo en la ciudad de Albacete*. Albacete: Diputación de Albacete / Centro de Atención a la Salud, 1986.
- \* Equipo de Investigaciones Sociológicas (EDIS). *O consumo de drogas en Galicia*, 1990; *O consumo de drogas en Galicia (II)*, 1993; Santiago de Compostela: Plan Autonómico sobre Drogodependencias.
- \* Escohotado A. *Para una fenomenología de las drogas*. Madrid: Mondadori, 1992.
- \* FERE. Alcohol y adolescencia. Hacia una educación preventiva. *El Magisterio Español* 22 Dic 1993: 1 (col 3-5) y 12-13.
- \* Ferrer JL. *Contra los traficantes*. Vizcaya: Junta de Extremadura, Programa Extremeno sobre Drogodependencias, 1988.
- \* Freixa F, Soler PA, et al. *Toxicomanías, un enfoque multidisciplinario*. Barcelona: Fontanella, 1981.
- \* Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD); Fundación ECCA; EDEX Kolektiboa; Comisión Inter-Institucional de Drogodependencias de Euskadi; Radio Euskadi. *Curso de prevención: Manual y Cuaderno*. San Sebastián: Fundación ECCA / FAD, 1991.
- \* Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD); Fondation Toxicomanie et Prévention Jeunesse (FTPJ). *Engánchate a la vida*. Barcelona: Plaza & Janés / RTVE / Círculo de Lectores, 1991. [Con vídeo].
- \* Funes J. *Nosotros, los adolescentes y las drogas*. Madrid: Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, 1990.
- \* Gobierno Vasco (ed). *Programas 90. Prevención Comunitaria de las Drogodependencias*. Bilbao: Departamento de Trabajo y Seguridad Social, 1991.
- \* Gómez B, Becoña E. *Estudios sobre actitudes sociales con muestras de la población gallega*. La Coruña: Diputación Provincial de La Coruña, 1988.
- \* González P, Andrés F, Toharia JJ, Elzo FJ. *Jóvenes Españoles 89*. Madrid: SM / Fundación Santa María, 1989.
- \* Grupo Igia. *El medio escolar y la prevención de las drogodependencias: Informe para el profesorado*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia, 1989.
- \* Gual A, Díaz R. Juego patológico: otro tipo de adicción. *Adicciones* 1992; 4 (4): 359-63.
- \* Instituto de la Juventud. *Juventud y Droga: Perspectivas para una política de Prevención*. Madrid: Ministerio de Cultura, 1985.
- \* Instituto Galego de Estatística (IGE). *Galicia en cifras. Anuario 1991*. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia, 1992.
- \* Itza L, González M. *Las drogodependencias se pueden prevenir. Entre todos, mucho mejor*. s.l.: Comisión Interinstitucional de Drogodependencias de Euskadi, 1989.

\* Junta de Castilla - La Mancha (ed). *Prevención del consumo de alcohol y tabaco en la educación secundaria obligatoria. Guía de actividades*. Toledo: Servicio de Publicaciones.

\* López ML, Fikin. *Es chachi estar sano*. Oviedo: Consejería de Sanidad / Caja de Ahorros de Asturias, 1986.

\* López ML, et al. *Proyecto pedagógico para la prevención del tabaquismo en la escuela*. Oviedo: Asociación Española Contra el Cáncer, 1988.

\* López F, Pereiras M, Medina R, Ramón C. *Bases para a elaboración do Plan de Saúde de Galicia*. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia, 1992.

\* López F, Pereiras M, Medina R, Ramón C. *Plan de Saúde de Galicia, 1993 —> 1997*. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia, 1993.

\* Lozano JM. *¿De qué hablamos cuando hablamos de los jóvenes?*. Barcelona: C i J, 1991.

\* Maceiras L, Segovia A. Da Educación Sexual para a Saúde á Saúde Sexual pola Educación. *ADAXE* 1992; 8: 137-52.

\* Maceiras L, Segovia A, Barros XM, Uhía M. En el tiempo de los viajes y de los sueños: No estamos en un medio ambiente, somos parte del Medio Ambiente; Libros libres como liebres. *ADAXE* 1993; 9: 89-103.

\* Martínez AJ. *Legislación sobre drogas*. Madrid: Tecnos, 1986.

\* Mendoza R, Salvador T. *La cometa de seis puntas. (Educación sobre las drogas)*. EGB. Barcelona: Barcanova, 1983.

\* Ministerio de Sanidad y Consumo (ed). *Fichas informativas sobre alcohol y alcoholismo*. Madrid: Dirección General de Salud Pública, 1981.

\* OCDE; CERi; Coleman JS, Husen T. *Inserción de los jóvenes en una sociedad en cambio*. Madrid: Narcea, 1989.

\* Ojea R. Contra as drogas... saúde. *Rev Galega Educ* 1989; 9: 16-8.

\* OMS (ed). *Incapacidades relacionadas con el consumo de alcohol*. Ginebra, 1977.

\* OMS (ed). *La juventud y las drogas*. Ginebra, 1973. (Informe técnico; 516).

\* OMS (ed). *Problemas de salud en la adolescencia*. Ginebra, 1965. (Informe técnico; 308).

\* OMS (ed). *Problemas relacionados con el consumo de alcohol*. Ginebra, 1980. (Informe técnico; 650).

\* Otero XM, Mirón L, Luengo A. *O consumo de drogas nos adolescentes: unha aproximación ás variables familiares e grupais*. Santiago de Compostela: Plan Autonómico sobre Drogodependencias, 1991.

\* Plan Autonómico sobre Drogodependencias. *Memoria 1988-1989*. Santiago de Compostela: Xunta de Galicia, 1991.

\* Prieto D, Domínguez M, Alaña JL, Noriega J, Bargeño E. *Un estudio realizado para los jóvenes de Alcobendas*. Madrid: Ayuntamiento de Alcobendas / Comunidad de Madrid, 1988.



\* Rodríguez-Martos A. El aprendizaje de la ingesta alcohólica en la infancia como iniciación para un hábito alcohólico ulterior. *JANO*; 246.

\* Sánchez M. El alcoholismo como enfermedad social. *Rev Sanid Hig Publica* 1980; 54: 385-94.

\* Sección de Apoyo Técnico a la Dirección Regional de Acción Social en el Area de Toxicomanías. *Aventuras de Rita, Polo y Burlón en el país de Mirandolandia*. Oviedo: Consejería de Sanidad y Servicios Sociales, 1988.

\* Serrano MI, Miguel JM. Una aproximación educativa al problema de las drogas. Pistas para trabajar con escolares. *Salud 2000* 1992; 37: 9-12.

\* Sierra J. *El último set*. Madrid: SM, 1991.

\* Varo, JR. Ideas y actitudes de los adolescentes en relación con el alcohol. *Cuadernos Salud Ment* 1978; I (4).

\* Xunta de Galicia (ed). *Educación para a Saúde. Investigación a escolares*. 1991. Santiago de Compostela: Consellería de Sanidade, 1991.