

FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN RELACIONADOS CON EL CONSUMO Y OTRAS ADICCIONES.

Existen numerosos estudios que relacionan ciertos factores psicosociales con el consumo de drogas y el desarrollo de adicciones. La planificación de estrategias de afrontamiento y prevención del consumo debe tener en cuenta, por tanto, tanto aquellas circunstancias que pueden suponer factores de protección para los individuos, y la manera de potenciarlos, como los factores que supondrían mayor riesgo de desarrollar problemas de consumo, para también minimizarlos.

Factores relacionados con el INDIVIDUO

| FACTORES DE RIESGO | FACTORES DE PROTECCIÓN |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Edad Baja Autoestima Baja Asertividad Elevada búsqueda de sensaciones o impulsividad Falta de conformidad con las normas sociales Escasa tolerancia a la frustración Necesidad de aprobación social Dificultad en el manejo del estrés Insatisfacción con el empleo del tiempo libre. Bajo aprovechamiento escolar Falta de Habilidades Sociales Falta de conocimiento acerca de las drogas Falta de Habilidades para tomar decisiones. Actitud favorable hacia las drogas. Confusión en el sistema de valores Amigos que se implican en conductas problema. Que consumen o valoran las sustancias peligrosas Relaciones negativas con los adultos | <ul style="list-style-type: none"> Los valores: <ul style="list-style-type: none"> - Valores positivos hacia la salud. - Valores prosociales como: convivencia, la solidaridad, la aceptación de la diversidad, la cooperación, la participación, el diálogo... - Valores etico-morales como: la religiosidad, espiritualidad, responsabilidad, respeto, tolerancia. - Actitudes positivas hacia la salud - Competencia o capacidad individual para la interacción social - La capacidad para tomar decisiones de forma autónoma o responsable. Resistencia a la presión de los iguales, especialmente a las negativas. Actitudes negativas hacia las drogas Oportunidades para la implicación pro social <ul style="list-style-type: none"> • Asociación con iguales que implicados en actividades organizadas en la escuela, recreativas, de ayuda, otras. Relaciones positivas con los adultos |

Factores relacionados con el CONTEXTO

FACTORES MACROSOCIALES: Se refieren a las características culturales o sociales que sirven de contexto general al consumo de drogas:

| FACTORES DE RIESGO | FACTORES DE PROTECCIÓN |
|---|---|
| <p>Disponibilidad de la droga</p> <p>Actitudes sociales tolerantes hacia el consumo de determinadas sustancias</p> <p>El sistema colectivo de valores existentes</p> <p>Inexistencia de un sentido crítico</p> <p>Falta de recursos o facilidades para el empleo saludable del tiempo libre</p> <p>Planificación urbanística: Hacinamiento, Barrios superpoblados, Acumulación en determinadas zonas de viviendas sociales, Escasez de servicios públicos, centros sociales, zonas de ocio y esparcimiento...</p> <p>Publicidad de drogas legales</p> <p>Inadecuado discurso social sobre las drogas. Mensajes contradictorios respecto al uso de drogas</p> <p>Deprivación económica y social extremas</p> <p>Transición y movilidad</p> | <p>Limitación de la accesibilidad a las sustancias</p> <p>Promoción de la salud</p> <p>Incremento del precio y edad para la compra y acceso</p> <p>Generación de actividades de ocio y tiempo libre alternativas a la cultura de consumo</p> <p>Oportunidades para participar como un miembro activo de la comunidad</p> <p>Normas culturales que proporcionan altas expectativas para los jóvenes</p> <p>Redes sociales y sistemas de apoyo dentro de la comunidad</p> <p>Mensajes de los medios de resistencia al uso de drogas</p> <p>Leyes respecto a la conducción bajo el consumo de drogas</p> |

FACTORES MICROSOCIALES: Se refieren a los diferentes **ambientes** en que se desenvuelven los individuos, **en los que se dan interacciones personales intensas y** que tienen la gran capacidad de influencia sobre la conducta de los individuos.

Entre estos ambientes caben destacar tres especialmente relevantes durante la infancia: **la familia, el medio escolar y el grupo de iguales**. Posteriormente, durante la edad adulta, **el medio laboral** es también un importante ambiente microsocial con capacidad de influir sobre la conducta de consumo de drogas.

| | FACTORES DE RIESGO | FACTORES DE PROTECCIÓN |
|---------|--|--|
| FAMILIA | <p>Estilo educativo familiar:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Estilo educativo autoritario * Estilo educativo muy poco normativo * Estilo educativo sobreprotector * Estilo educativo hiperexigente <p>Clima familiar conflictivo y/o violento</p> <p>Escasas expresiones de afecto</p> <p>Baja cohesión familiar: falta de enlaces mutuos y cariño en la crianza</p> <p>Comunicación familiar escasa o pobre</p> <p>Actitudes familiares y comportamientos proclives al consumo de drogas</p> | <p>Estilo educativo familiar:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Estilo educativo democrático * Estilo educativo normativo, pero negociador * Estilo educativo que desarrolla la autonomía y la responsabilidad. Clima positivo <p>Clima afectivo y tolerante</p> <p>Fuertes lazos familiares</p> <p>Altas expectativas parentales</p> <p>Estar expuesto a reglas claras de conducta y límites dentro del núcleo familiar</p> <p>Interés y involucramiento de los padres en la vida de sus hijos</p> <p>Ocio compartido en familia</p> <p>Buena comunicación entre los miembros de la estructura familiar</p> <p>Actitudes familiares relacionadas con la promoción de hábitos saludables</p> |

| | FACTORES DE RIESGO | FACTORES DE PROTECCIÓN |
|----------------|--|--|
| ESCUELA | <p>Rendimiento académico muy bajo y/o fracaso escolar</p> <p>Bajo apego a la escuela</p> <p>Absentismo escolar</p> <p>Abandono de los estudios</p> <p>Bajo grado de compromiso con la escuela</p> <p>Conflictividad y conducta antisocial en el medio escolar</p> <p>Escuela que promueve individualismo o la competitividad</p> <p>Estilo educativo rígido y autoritario Estilo educativo excesivamente exigente</p> <p>Comportamiento inadecuado de timidez y agresividad en las aulas</p> <p>Percepción de aprobación del uso de drogas en el ambiente escolar y social, así como entre sus compañeros. O consumo de Drogas en el medio escolar</p> | <p>Rendimiento académico normal</p> <p>Continuar los estudios, aún con dificultades</p> <p>Buena adaptación escolar</p> <p>Estilo educativo democrático y participativo</p> <p>Estilo educativo normativo y negociador</p> <p>Escuela que promueve la solidaridad, la integración y los logros personales</p> <p>Implicación de los alumnos en la escuela</p> <p>Oportunidades y refuerzo para la implicación pro-social</p> <p>Creencias saludables y claros estándares de conducta</p> <p>Cuidado y apoyo de los profesores y del personal del centro</p> <p>Clima instruccional positivo</p> <p>Normas que limiten el consumo en la comunidad educativa</p> |

| | FACTORES DE RIESGO | FACTORES DE PROTECCIÓN |
|------------------------|--|--|
| GRUPO DE AMIGOS | <p>Dependencia del grupo</p> <p>Relacionarse con grupos cuyas actitudes y/o actividades sean favorables al consumo de drogas</p> <p>Modelos de consumo dentro del grupo</p> <p>Presión de grupo en relación al consumo</p> | <p>Relacionarse con varios grupos</p> <p>Relacionarse con grupos cuyas actitudes y actividades sean sanas</p> <p>Desarrollo de estrategias personales que faciliten la independencia del grupo</p> |

| | FACTORES DE RIESGO | FACTORES DE PROTECCIÓN |
|----------------|---|---|
| LABORAL | <p><u>Factores relacionados con el proceso de producción:</u></p> <p>Jornadas de trabajo demasiado prolongadas Rotaciones horarias Ritmos de trabajo demasiado intensos (estrés laboral) Sobrecarga de trabajo Elevados niveles de tensión</p> <p><u>Factores relacionados con el puesto de trabajo:</u></p> <p>Los trabajos repetitivos y escasamente motivadores (cadenas de producción, etc), los trabajos aislados sin contacto con compañeros o superiores</p> <p><u>Factores de riesgo relacionados con el ambiente laboral:</u> La conflictividad laboral La inestabilidad en el puesto de trabajo Los ambientes de gran competitividad La presencia de consumidores en el centro de trabajo La presión de los compañeros de trabajo La tolerancia en el centro de trabajo hacia los consumos de ciertas drogas La accesibilidad a determinadas drogas.</p> | <p>Promoción de un rendimiento adecuado en el trabajo</p> <p>Planificar ritmos de trabajo que permitan que el trabajador pueda organizar su vida personal y familiar facilitar tiempos suficientes de descanso</p> <p>Cultura de empresa: que se promuevan valores positivos hacia la salud y desarrollar programas de prevención del consumo de drogas.</p> <p>Planificar estrategias de motivación, promoción laboral e introducir actuaciones que favorezcan la comunicación.</p> <p>Limitación de la oferta de drogas legales (como la prohibición de bebidas alcohólicas o la instalación de máquinas expendedoras de agua)</p> |