

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

## 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 sustancia</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><b>Estilo educativo familiar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Estilo educativo autoritario</li> <li>* Estilo educativo muy poco normativo</li> <li>* Estilo educativo sobreprotector</li> <li>* Estilo educativo hiperexigente</li> </ul> <p><b>Clima familiar conflictivo y/o violento</b></p> <p><b>Escasas expresiones de afecto</b></p> <p><b>Baja cohesión familiar:</b> falta de enlaces mutuos y cariño en la crianza</p> <p>Comunicación familiar escasa o pobre</p> <p><b>Actitudes familiares y comportamientos proclives al consumo de drogas</b></p>	<p><b>Estilo educativo familiar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Estilo educativo democrático</li> <li>* Estilo educativo normativo, pero negociador</li> <li>* Estilo educativo que desarrolla la autonomía y la responsabilidad. Clima positivo</li> </ul> <p><b>Clima afectivo y tolerante</b></p> <p>Fuertes lazos familiares</p> <p>Altas <b>expectativas parentales</b></p> <p>Estar expuesto a reglas claras de conducta y límites dentro del núcleo familiar</p> <p><b>Interés y involucramiento de los padres en la vida de sus hijos</b></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
<b>ESCUELA</b>	<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
<b>GRUPO DE AMIGOS</b>	<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
<b>LABORAL</b>	<p><b><u>Factores relacionados con el proceso de producción:</u></b></p> <p>Jornadas de trabajo demasiado prolongadas</p> <p>Rotaciones horarias</p> <p>Ritmos de trabajo demasiado intensos (estrés laboral)</p> <p>Sobrecarga de trabajo</p> <p>Elevados niveles de tensión</p> <p><b><u>Factores relacionados con el puesto de trabajo:</u></b></p> <p>Los trabajos repetitivos y escasamente motivadores (cadenas de producción, etc),</p> <p>los trabajos aislados sin contacto con compañeros o superiores</p> <p><b><u>Factores de riesgo relacionados con el ambiente laboral:</u></b></p> <p>La conflictividad laboral</p> <p>La inestabilidad en el puesto de trabajo</p> <p>Los ambientes de gran competitividad</p> <p>La presencia de consumidores en el centro de trabajo</p> <p>La presión de los compañeros de trabajo</p> <p>La tolerancia en el centro de trabajo hacia los consumos de ciertas drogas</p> <p>La accesibilidad a determinadas drogas.</p>	<p>Promoción de un rendimiento adecuado en el trabajo</p> <p>Planificar <b>ritmos de trabajo</b> que permitan que el trabajador pueda organizar su vida personal y familiar</p> <p>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><b>Limitación de la oferta de drogas legales</b> (como la prohibición de bebidas alcohólicas o la instalación de máquinas expendedoras de agua)</p>