

Pensando y Re-Pensando la Prevención

*Mónica Margain**

La invitación es simple: hagamos juntos un recorrido por el mundo de la prevención del uso y abuso de sustancias, deconstruyamos el camino para juntos reelaborar el significado y la importancia de hacer prevención en materia de adicciones. Recuperemos el sentido del trabajo de muchos, de la preocupación de otros y de la inquietud de varios más. La propuesta consiste en una serie de siete escritos sobre prevención, particularizando la experiencia en México y empezando con una reflexión introductoria sobre ¿qué significa prevenir? y ¿para qué sirve hacer prevención? La intención es generar un espacio compartido en el que, sin importar si somos especialistas o no, o si nos encontramos aquí unos y otros, empecemos a intercambiar ideas, experiencias, teorías, inquietudes, reflexiones, preguntas y respuestas sobre este tema. La propuesta es que una vez leído lo que aquí aparece nos escribas a través de nuestra página web www.inepar.com.mx y desde ella nos compartas las inquietudes y reflexiones que se despertaron de la lectura o bien que encontraron eco en estas letras, de forma que entre todos logremos utilizar la oportunidad que hoy nos abre *LiberAddictus* para intercambiar y desde ahí generar una discusión que pueda llevar a sensibilizar y, de ser posible, a tomar o retomar conciencia sobre la importancia de hacer prevención, a pensar sobre nuestras aproximaciones en la labor preventiva, y finalmente (pero no por ello menos importante), a recuperar el fondo de nuestro trabajo y del compromiso de todos. Esta es la invitación y esperamos lograr encontrarnos contigo en este pequeño viaje, pues al final de las cosas sabemos bien que además de las teorías y los conocimientos, lo que más pesa en prevención es la acción conjunta.

1. Introducción

¿En dónde radica la importancia de la prevención? o en palabras sencillas ¿para qué dedicar nuestros esfuerzos, investigaciones y energías a prevenir y a lograr que esta prevención sea efectiva? La pregunta es tan grande y tan simple como su respuesta, y al final puede resumirse en un análisis de costo-beneficio: prevenir es importante para ahorrar dinero, para ahorrar recursos y energía, pero sobre todo, prevenir es importante para ahorrar y aminorar el dolor humano.

“Más vale prevenir que lamentar” dice el refrán y es difícil encontrar alguien que esté en desacuerdo con esta idea, pues tenemos suficientes razones humanas que al ser pensadas en términos de reducir el dolor y el sufrimiento que conlleva una enfermedad (sea física, mental, emocional o espiritual), lo justifican.

El bienestar de las personas y la comunidades es uno de los efectos de la prevención, pero en ella también encontramos cuestiones que tienen que ver con las consecuencias en la economía resultado de esta inversión o falta de inversión, pues la prevención se refleja claramente en relaciones concretas y directas de costo-beneficio entre salud y enfermedad. De esta forma podemos afirmar (y confirmar en la práctica) la gran conveniencia de dejarnos empapar por un enfoque preventivo y más si este se orienta a la promoción de la salud, entendida como el establecimiento de hábitos y estilos de vida que mantengan al cuerpo y a la mente sanos, la vida y los vínculos interpersonales fructíferos y los ambientes saludables.

Sólo un poco de historia para iniciar.

En México hasta hace apenas 30 años empezaron a realizarse trabajos considerables, serios y rigurosos (técnicamente hablando) en el ámbito gubernamental, como respuesta a la creciente problemática en la oferta y la demanda de drogas. Hasta antes de los años setenta teníamos sólo conocimientos de hechos aislados y algunas observaciones sobre casos clínicos, ningún conocimiento estadístico suficiente, válido y confiable. En esa década varios investigadores iniciaron estudios nacionales y locales que nos han ido mostrando la magnitud y las características del drama de las drogas en el país, por lo que la prevención ha ido evolucionando desde una visión ético-legal, pasando por la médico-asistencial, en donde el cambio de considerar *enfermos* a los adictos fue importante y nos llevó a pensar que para evitar contraer una adicción era necesaria la información sobre los efectos y daños que las drogas producían en el organismo, es decir, a *educar sobre drogas*, hasta que la observación de los datos, la experiencia del trabajo en campo y la advertencia de la UNESCO nos mostró que “las drogas son un problema que crece hablando de él”. Los especialistas dedicados a la prevención se vieron forzados a detenerse y buscar alejar a los jóvenes del uso y abuso de drogas por todos los medio imaginables, dándole a la prevención otros contenidos: arte, deporte, labor social y un sinnúmero de alternativas para el uso del tiempo libre. Sin embargo, también ahí el desencanto llegó: en los lugares de reunión juvenil, fueran sociales o deportivos, la

droga tenía una presencia importante, por lo que la prevención tenía que buscar nuevos caminos. La observación de que no todos los adolescentes que se iniciaban en prácticas que tuvieran que ver con el uso de drogas terminaban siendo adictos o desarrollando una problemática antisocial en la vida adulta, dirigió la atención hacia otros factores: ¿por qué ambientes semejantes no inducían de igual modo? ¿Por qué condiciones individuales tan diversas desembocaban en una problemática similar? Las respuestas a estas preguntas llevaron a preventólogos e investigadores a pensar en factores de vulnerabilidad específica que permitían entender y explicar esas similitudes y diferencias: el estudio psicosocial de las y los adolescentes y jóvenes permitió identificar factores específicos de vulnerabilidad y, en consecuencia, factores de protección igualmente específicos, precisamente los requeridos para evitar las adicciones. Entonces fue que se logró empezar a construir modelos, programas y materiales que permitieran enfrentar los riesgos a los que las y los adolescentes están expuestos en su desarrollo en las sociedades contemporáneas.

A partir de ahí se empieza a hacer indispensable la reflexión sobre las medidas protectoras o preventivas de la calidad de la vida, particularmente en asuntos que tienen que ver con el consumo de drogas y sus problemas asociados, que hoy en día por si fuera poco, sabemos de cierto, se encuentran en el centro de la atención pública por sus alarmantes efectos en el tejido social y por los crecientes daños a la salud de los individuos y a la seguridad y bienestar de las comunidades.

2. Sobre lo que significa prevención

Enfrentarnos al problema de las adicciones nos obliga a recorrer dos caminos básicos (con sus diferentes vertientes y direcciones): uno que se dirige a prevenir el uso indebido y el abuso de sustancias, y otro, a tratar a aquellas personas que han desarrollado ya un problema de adicción, es decir, que el uso de drogas se ha convertido en un asunto problemático en sus vidas y que, aún con toda su voluntad, viven incapacitadas para abandonar el consumo. El camino sobre el que invitamos a reflexionar en este viaje al que convocamos es el primero: el camino de la *prevención*.

¿Qué significa prevenir? Prevenir es hacer algo para que un trastorno (médico y/o psicosocial o sociocultural, en este caso, un trastorno adictivo) no se desarrolle. Sin embargo, ¿qué es eso que debemos *hacer*? ¿Qué de lo que hacemos logra realmente echar a andar un proceso preventivo de fortalecimiento en individuos y comunidades? Ese es el verdadero fondo de la reflexión y la intención de los siete escritos que comenzamos con este, y por ello mismo no pretendemos dar una respuesta o una sola respuesta, sino dejar al aire la pregunta y buscar a dónde nos conducen las diferentes puertas.

Para empezar, asumamos que para hacer frente al creciente consumo de sustancias es indispensable tratar de entender a fondo, y cada vez mejor, la naturaleza de la demanda de drogas, sin aislar esas problemáticas de la de su oferta, para entonces estar en condiciones de dar respuestas integrales

a dicho continuo y sus problemas asociados. Comprender que la mejoría de las leyes debe acompañarse de una acción policiaca y de combate en todos los frentes que inducen y ponen a disposición las drogas, tanto como el incremento de medidas reductoras de la demanda, la investigación y la atención a consumidores y, en este contexto particular, darle a la prevención la importancia que merece, son caminos urgentes para enfrentar de forma valiente y comprometida este y otros trastornos psicosociales.

Después de muchos años, pruebas, aciertos y desatinos en la labor preventiva (en México y en otros países), hoy sabemos bien que dotar de información sobre los efectos y los daños ocasionados por el consumo de drogas no hace diferencia, que es necesario ir más allá para facilitar que las personas logren enfrentar con éxito la adversidad en sus ambientes; sabemos también que no basta trabajar preventivamente con los individuos; que tenemos, sobre todo, que incidir en los ambientes, en las comunidades. Sabemos, en resumen que en el asunto de las drogas no sólo es la sustancia, que un problema de adicción no sólo ataca al individuo que la padece, sino a toda la comunidad y que sus síntomas no hablan de una enfermedad individual sino de un trastorno biopsicosocial: en ella todos somos la causa, todos la padecemos y en manos de todos esta la solución.

Es importante reconocer también, en materia de prevención, las diferentes áreas en las que se debe actuar, a la vista de los hechos que revela la investigación epidemiológica, la práctica en campo y otras fuentes de información, sobre modos y modalidades de consumo y los contextos que propician o inhiben ese comportamiento. Si bien todos los datos en México coinciden en que el consumo va en aumento y que junto al abuso de drogas médicas hay un incremento de la disponibilidad de drogas ilícitas, el creciente número de consumidores no es homogéneo: algunos son meramente experimentales, otros van incorporando, habitualmente, el consumo a su vida social, unos desarrollan una enfermedad adictiva con más o menos disfuncionalidad y, para todos, hay un grado variable de daños individuales y repercusiones sociales. Es necesario asumir entonces que prevenir el consumo es importante, pero no sólo por el riesgo de que un consumidor pueda convertirse en adicto, sino también por el riesgo psicosocial existente asociado a este consumo, como el inadecuado manejo de la alimentación y la salud, la vida sexual, el uso del tiempo libre, la conducta antisocial o por si la droga se vuelve un medio para hacer frente a los muchos y diversos eventos negativos de la vida a los que todos, de una manera u otra, estamos expuestos.

3. ¿Qué *hacer* para que un trastorno no se desarrolle?

Hoy sabemos que el foco de la prevención en materia de consumo de drogas debe variar si se trata de proteger y mantener libre de drogas la vida de los no usuarios; de inhibir el consumo de drogas al procurar que los experimentadores eviten mantener una práctica que podría llevarlos a desarrollar un trastorno, o de reducir los daños en quienes ya han desarrollado

una enfermedad adictiva. Pero como ya dijimos, un común denominador de las distintas formas de prevención plantea que la información y la mera orientación sobre los daños que conlleva el uso de drogas y las conductas ilegales asociadas no basta, un *detente o di no a las drogas* es, por lo menos, insuficiente.

Para lograr los objetivos preventivos se requieren actitudes, así como desarrollar capacidades de protección específica frente a riesgos concretos y a la vulnerabilidad de los individuos, las familias y las comunidades, para enfrentar con éxito los factores que intervienen en el consumo de sustancias. Tarea que es por un lado educativa, social por el otro, en sus medios y procedimientos, y no solamente médica en sus propósitos. Es desde esta perspectiva que no bastan medidas ético-legales o médicas y asistenciales, para enfrentar el creciente consumo de drogas; es indispensable incorporar medidas de mayor alcance, sociales y culturales y, en particular, enfoques preventivos psicosociales que mejoren las capacidades de los individuos y las comunidades para lidiar con la demanda de drogas.

El mundo de lo psicosocial es la arena en la que se disputan valores, creencias, hábitos y actitudes, y es en esta esfera en la que la percepción social de los riesgos adquiere importancia, porque es a partir de ella que se inhiben, retardan o suprimen medidas de protección. Sin embargo, la investigación nos muestra que el riesgo psicosocial asociado al consumo con frecuencia no se percibe claramente y se minimiza su impacto. Por lo que su importancia debe destacarse al punto de ser el verdadero objetivo de la prevención. Los datos muestran esta realidad y exigen más y mejores intervenciones preventivas, con una visión integral de desarrollo personal, comunitario y social, que no se dirijan únicamente a las conductas de consumo de sustancias. Es decir, los modelos preventivos deben abarcar todas las esferas relevantes de la vida, dando a cada factor su peso específico, con un enfoque ambiental y comunitario. Así, *hacer comunidad* es indispensable para una prevención efectiva. Pero antes de *hacer comunidad* o para *hacer comunidad* hace falta *hacer consciencia*. Actualmente, el generalizado consumo de drogas es tan aceptado que suele mantenerse la percepción social de que se encuentra alejado, separado e independiente de otros riesgos psicosociales. Sabemos que esta y otras creencias, ideas y percepciones son incorrectas o riesgosas; sin embargo, para lograr una prevención que sea verdaderamente efectiva, este saber tiene que salir de los pasillos y oficinas de los expertos y llegar a la calle, pues es en ella en la que adquiere sentido; la prevención se vuelve exitosa al llegar a las comunidades. Sin duda parece una obviedad, y sin embargo este acceso al mundo cotidiano de las personas, y las formas y medios de acceder a este mundo, deben ser puntos focales de nuestra labor en prevención.

4. Prevención ¿para qué?

“Vivir es un riesgo” dice otro refrán popular que se ha convertido en referente para muchos que, con él justifican desatender las precauciones

y medidas de protección. Sí, vivir es un riesgo y hacer prevención no implica alejarse de la vida, sino lograr hacer frente al riesgo que la vida implica y para ello es que se vuelve relevante hacer un trabajo de conscientización, sensibilización, reflexión y toma de conciencia sobre la problemática; y en este intento la labor de investigación y los datos por ella arrojados son compañeros de viaje indispensables. Uno de los puntos más importantes al que nos conducen algunos de estos datos que nos ofrece la investigación es que el conjunto de conductas de riesgo que predicen, significativamente, el consumo de drogas se ha constituido en normas de comportamiento, sobre todo, para los preadolescentes, adolescentes y jóvenes, y que la comunidad acepta como *normal* este tipo de comportamientos riesgosos, lo que favorece que estén presentes en un gran porcentaje de la población que aún no consume drogas. Esto quiere decir que la normalización de comportamientos de riesgo deviene en una negación o indiferencia que colabora de forma importante a que el consumo se incremente. Es decir, deben desarrollarse esfuerzos de sensibilización —campañas con mensajes protectores específicos para estas conductas— que eviten que se vea *normal* tomar parte en riñas, tener amigos que consuman drogas, tener un desarrollo de la sexualidad descuidado, excederse en las noches de recreación, etcétera. Esto es importante, pues la subcultura del consumo de drogas tiende a verse como *natural* cuando, en sí mismas, las conductas que la conforman tienen implicaciones negativas ante el manejo de las emociones y el aprendizaje de habilidades para la vida social y consecuencias negativas para la salud individual y el bienestar familiar y social. Significan una amenaza real para el desarrollo humano y la promoción social de las comunidades.

Pero no sólo la normalización de estilos de vida riesgosos vuelven injustificable el hecho de no atender con el peso que se merece la prevención, además y desgraciadamente en nuestro país, las respuestas que hasta el día de hoy hemos dado los expertos al problema de las adicciones han sido rebasadas por el crecimiento del fenómeno. Todas las estadísticas muestran que el consumo de drogas se ha incrementado de manera alarmante y pernicioso para las comunidades mexicanas, y este grave crecimiento afecta, mayoritariamente, a la población joven y, críticamente, a zonas del país en donde se suman la fuerte problemática social referente al desempleo y la pobreza, la fácil disponibilidad de las drogas, el incremento de influencias perniciosas difundidas por los medios de comunicación, las corrientes migratorias con hábitos contaminantes y muchos otros factores contribuyentes. Sin embargo, la investigación también nos informa que el incremento de los usuarios de drogas (estadísticamente) aún no corresponde al aumento de aquellos que ya han desarrollado un trastorno adictivo. Una lectura de los datos epidemiológicos focalizados en la evaluación de la prevención muestran que la reducción del uso experimental disminuye los riesgos de una carrera adictiva y/o delictiva. Tiene sentido, entonces, que sigamos

haciendo en forma seria una labor preventiva, pero también tenemos que buscar los mecanismos que nos permitan llegar con mayor impacto a las comunidades y encontrar los caminos y generar los acuerdos para juntos aumentar nuestra cobertura.

Sabemos ya que visiones simplistas sobre reducción de la demanda y combate a la oferta de drogas (la dimensión enfermo-delincuente) estigmatizan a los consumidores, nublan nuestro campo de visión respecto a este tema tan complejo y, en ocasiones, colaboran a restringir las acciones para reducir los daños a la salud (física) y al combate al narcotráfico. Es importante, entonces, reconocer que nos enfrentamos a una problemática compleja y desde este reconocimiento seguir construyendo una amplia perspectiva social del consumo y sus problemas asociados, con una visión de atención desde frentes múltiples: desarrollo sociocultural, prevención psicosocial, tratamiento de los consumidores y rehabilitación de los adictos, correlación objetiva y pública de los factores asociados a la oferta y demanda, así como atender también la correlación de las drogas con la violencia, la inseguridad, etcétera.

Los esfuerzos de prevención deben recibir una oportunidad prioritaria, sin descuido de los otros elementos de atención integral, porque la prevención ofrece una real y auténtica esperanza de desarrollo humano y social donde el consumo de drogas no constituya una amenaza al bienestar ni una disrupción del sano desenvolvimiento de la sociedad.

Nota

*Inepar, A.C. Correo electrónico: ineparac@prodigy.net.mx

más artículos en: www.infoadicciones.net