UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Papel de los padres es fundamental

Alternativas en la prevención del consumo de drogas en adolescentes

20 OCT 2010 Sociedad

La Dra. Guiselle Amador, dijo que la primera causa de muerte en jóvenes entre los 16 y los 24 años en Costa Rica es el consumo de alcohol (foto Anel Kenjekeeva).

Los padres tienen un papel fundamental en la prevención del consumo de drogas en adolescentes, no solo hablando acerca del tema, sino también enseñándoles una serie de habilidades para la vida.

Se trata de que los padres fortalezcan el amor por sus hijos, acudan a las actividades del colegio o la escuela, los escuchen cuando tengan un problema, y se hagan cargo de sus asuntos.

Así lo destacó la Dra. Guiselle Amador, especialista en drogodependencia, en la conferencia denominada *Cómo prevenir el consumo de drogas en adolescentes*.

La especialista estima que los padres deben tener mucha fuerza en el cuido, en los límites que pongan y deben tener claro cuándo dar un permiso y cuándo no, pero ante todo deben saber dónde y con quién están sus hijos e hijas.

Otro aspecto importante en la prevención del consumo de drogas lo constituye el predicar con el ejemplo. Razón por la cual apunta Amador los padres de familia deben procurar crear espacios de diversión sin alcohol, o el consumo moderado para evitar que el adolescente vea personas embriagadas o intoxicadas dentro de su ambiente familiar.

La Dra. Guiselle Amador destaca que los síntomas y los signos que se presentan en adolescentes consumidores son: olores típicos a alcohol, tabaco o marihuana. Pupilas dilatadas, ojos rojos, inestabilidad motora, despreocupación, risa sin sentido y pequeñas quemaduras; en el caso de la marihuana. La cocaína y otras drogas estimulantes generan aumento de actividad, insomnio, pupilas contraídas, movimientos involuntarios en los músculos de la cara, sueño profundo al día siguiente.

Puede hablarse de tres tipos de consumo: de bajo riesgo, luego ocurre el consumo perjudicial (embarazo no deseado, accidentes, enfermedades de trasmisión sexual por falta de protección) y por último la dependencia. Hay una gran escala para llegar a la dependencia, para unas drogas hay más tiempo que para otras.

Los adolescentes y el consumo

Estudiantes, profesionales y padres de familia participaron en la actividad organizada por el Programa Escuela para Padres y Madres, del Instituto de Investigaciones Psicológicas (foto Anel Kenjekeeva).

Según el estudio realizado en colegiales en el 2009 por el IAFA, un 57 por ciento de los adolescentes están consumiendo alcohol y de esos un 30 por ciento lo consume

activamente.

De acuerdo con Guiselle Amador un 20 por ciento de los adolescentes está fumando tabaco. También dijo que la droga ilegal que más consumen los adolescentes es la marihuana, la cual ocupa un 15 por ciento.

Dentro de la investigación también se preguntó a los adolescentes por el involucramiento de sus padres en su desarrollo y un 65 por ciento indicó que sus padres están poco o nada involucrados. Costa Rica junto con Chile fueron los dos países que presentaron los peores resultados de involucramiento paterno.

La edad de inicio de la ingesta de alcohol y tabaco está entre los 11 y los 13 años. En cuanto a la marihuana la edad de inicio está entre los 13 y los 15 años y de la cocaína entre los 15 y los 18 años.

El consumo activo de alcohol es de un 24 por ciento tanto en hombres y mujeres. De acuerdo con la Dra. Guiselle Amador "el patrón de consumo del costarricense es tomar grandes cantidades en poco tiempo buscando la embriaguez, y los jóvenes repiten ese patrón".

La detección temprana es importantísima porque el adolescente cuando tiene contacto con las drogas no se hace adicto de inmediato, es un proceso que lleva meses o años, dijo la especialista. Por esa razón es importante, añadió, que los padres deben estar atentos y si comprueban que hay consumo de alcohol, tabaco o de otras drogas tienen que buscar ayuda inmediatamente.

Destacó también que el consumo no se cura con una intervención al muchacho/a, sino que es necesario que participe toda la familia, es fundamental que el joven o la joven sea conciente de lo que le está pasando, porque muchas veces el seno de los problemas está en la familia.

La Dra. Guiselle Amador señala los siguientes tipos de prevención: **la universal** que está dirigida a todas las personas jóvenes por igual; incluye el desarrollo de habilidades psicosociales o habilidades para vivir. La prevención **selectiva** se utiliza cuando hay chicos con factores de riesgo mayores. Y por último, la prevención indicada para aquellas personas menores de edad que ya se iniciaron en el consumo, y que todavía no son dependientes.

La conferencia se realizó el jueves 7 de octubre en el auditorio Roberto Murillo de la Facultad de Letras, como parte del Programa Escuela para Padres y Madres del Instituto de Investigaciones Psicológicas (IIP) de la Universidad de Costa Rica.

Lorena Moreno Salas
Periodista Oficina de Divulgación e Información
lorena.moreno@ucr.ac.cr