



Principios básicos de la prevención

Al establecer programas de prevención del uso indebido de drogas hay que atenerse a ciertos principios generales. Esto de ninguna manera tiene por objeto restringir las elecciones; constituye, en cambio, una forma de destilar el saber común de las personas que han trabajado en el campo de la prevención del uso indebido de drogas.

Hay que comprender estos principios y tenerlos siempre presentes. Sin embargo, no es necesario consultarlos en cada etapa.

- ❖ Los programas de prevención del uso indebido de drogas deben tener una base comunitaria, es decir, en ellos debe participar toda la comunidad o por lo menos los sectores más importantes.
- ❖ El programa no debe tener un ámbito muy limitado; por ejemplo, no debe referirse solo a un programa contra la cannabis e ignorar todas las otras sustancias que son objeto de uso indebido en la comunidad. Dado que todas las formas de uso indebido de sustancias por lo general guardan relación unas con otras en cuanto a sus causas, hay que abarcar toda la amplia gama de sustancias.
- ❖ Dado que los jóvenes suelen ser las personas expuestas a mayor riesgo, ellos deben ser el grupo destinatario del programa. Pero hay que tener cuidado de hacer participar a otros grupos que pueden influir en las condiciones de vida y en el entorno social del grupo destinatario principal.

- ❖ Quien dijo que la prevención es mejor que la cura evidentemente tenía razón. Es mejor impedir que los jóvenes comiencen a utilizar drogas que actuar más tarde y ayudarles a abstenerse del uso de drogas. Es importante tener esto presente porque aun cuando algunos de los programas procuren crear alternativas saludables y creativas para los jóvenes que ya están utilizando drogas, no hay que olvidarse que existe todo un sector de la comunidad que podría comenzar a hacer uso indebido de drogas. A este respecto, es preciso prestar atención al contenido de esta sección.

Es posible prevenir el uso indebido de drogas estableciendo alternativas saludables y atractivas a ese uso indebido. Estas alternativas son atractivas si combinan y estimulan el desarrollo de aptitudes individuales, actividades de recreación interesantes y una actitud de apoyo por parte de la comunidad.

Los siguientes son elementos básicos que se pueden considerar:

- ❖ ***Promoción de la salud***

La salud se puede promover mediante prácticas personales y culturales, que abarcan las necesidades sociales básicas y de recreación. Esto significa que se deben apoyar prácticas comunes en la comunidad en general y en cada uno de los miembros que promuevan estilos de vida saludables y desalienten las prácticas que causan daños físicos y mentales.

- ❖ ***Hay que poner el acento en las personas y estimular la interacción social***

Las aptitudes sociales se aprenden mejor en entornos sociales. Todas las actividades, por lo tanto, deben tener un fuerte elemento de interacción social. Deben aplicarse estrategias que mejoren el entorno social en general. La comprensión y la cooperación entre diferentes generaciones será mejor si se organizan actividades en que participen o puedan participar tanto jóvenes como personas mayores. Esto ayudará a los jóvenes a comunicarse con sus padres y otros adultos que influyen en sus vidas en la comunidad.

- ❖ ***Participación de los jóvenes de la localidad y respeto por los valores culturales***

Todas las actividades deben obtener la participación de los jóvenes de la zona determinada en que se trabaje. Los valores que se procuran promover durante los programas deben respetar las tradiciones culturales de las comunidades. Por ejemplo, si se organiza un concurso de canto para muchachos y muchachas de una comunidad en que las muchachas no están supuestas a cantar y bailar frente a extraños, probablemente se tropezará con gran resistencia.

- ❖ ***Estímulo de las alternativas positivas***

El término “positivo” es relativo y debe considerarse a la luz de los valores locales, comprendiendo las necesidades de los jóvenes y las cosas que les atraen. Todas las estrategias deben estar orientadas a reforzar las prácticas y tradiciones deseables de la comunidad, en lugar de tratar de asustar a las personas para que cambien de actitud. Por supuesto, esto no significa que no haya que hablar sobre las cosas que se consideren equivocadas, pero es mejor tratarlas con calma en lugar de asustar a las personas para que se alejen de ellas.

❖ **Aprovechamiento de las investigaciones y la experiencia**

Todas las actividades deben aprovechar los conocimientos existentes basados en investigaciones sobre: a) cómo identificar los problemas relacionados con el uso indebido de sustancias; b) cómo determinar las causas de los problemas; c) cómo encontrar posibles soluciones para prevenir los problemas identificados; d) cómo poner en práctica actividades de prevención; e) cómo determinar la eficacia del programa o actividad.

❖ **Perspectiva a largo plazo**

Los programas deben adoptar una perspectiva a largo plazo de la situación. Los cambios en el clima social, la aceptación de valores que promuevan la salud y la introducción de actividades interactivas de promoción de la salud en la cultura local son tareas difíciles que toman mucho tiempo.

❖ **Poblaciones concretas**

Hay que identificar y resolver localmente las necesidades específicas de los jóvenes vulnerables o desaventajados, como los niños de la calle, los refugiados, los jóvenes pertenecientes a minorías y, en algunos casos, las mujeres jóvenes.

❖ **Desarrollo de la comunidad**

Con frecuencia, las comunidades en que hay que trabajar carecen de recursos y brindan pocas oportunidades a los jóvenes. Los programas de prevención deben aportar alguna esperanza de mejoramiento económico y social. En comunidades desaventajadas, los programas deben combinarse con trabajos de desarrollo comunitario, por ejemplo en los campos de la educación, la salud y los servicios sociales, la vivienda, el saneamiento o la generación de ingresos. Para este fin, hay que dirigirse a las personalidades del gobierno local, los representantes en asambleas locales y las personas ricas e influyentes de la zona y otras personas más poderosas. Hay que tener bien presente que nadie espera que usted cambie todas estas cosas por sí solo; usted NO habrá fracasado si no logra influir en todos estos casos. Pero sí perjudicará sus posibilidades de éxito si ni siquiera considera estos problemas y no busca y encuentra medios innovadores para superarlos.

❖ **Utilización de los medios de difusión y la cultura popular de los jóvenes**

Los medios de información en masa y otras fuentes de fuera de la comunidad local ejercen una fuerte influencia en los jóvenes. Los programas deben tratar de alentar a personas famosas como los ídolos de la canción pop, canales de televisión y héroes locales a que contribuyan a la promoción de la salud entre los jóvenes. Esto se puede lograr:

- Aprendiendo a hacer frente a esas influencias y propugnando una mayor responsabilidad de los medios de difusión y el tratamiento de cuestiones que afectan a los jóvenes,
- Alentando a los medios de difusión en masa a que revisen sus prácticas de comercialización relacionadas con los jóvenes,
- Utilizando los medios de difusión y la cultura popular de los jóvenes para promover proyectos y mensajes locales relacionados con la salud.



PARA RECORDAR...

Ningún estudio científico riguroso ha demostrado que un enfoque o estrategia determinados permitan reducir efectiva y constantemente el uso indebido de drogas a largo plazo. No obstante, hay un cierto consenso entre los expertos, los especialistas y los propios jóvenes sobre los tipos de elementos que hay que tener en cuenta cuando se formulan programas de prevención para los jóvenes:

- a) No todos los jóvenes son iguales ni son igualmente vulnerables. Las estrategias deben estar cuidadosamente adaptadas a grupos destinatarios claramente definidos;*
- b) El empleo de estrategias totalmente diferentes probablemente sea la mejor forma de encarar el problema del uso indebido de drogas. En un entorno ideal, deben combinar el enfoque de conocimientos/actitudes/comportamiento con la promoción de la salud, y el aumento de la confianza en sí mismo y la capacidad de resistencia;*
- c) Las estrategias deben tratar de alentar la fortaleza individual y las cosas que protegen a los individuos en entornos y situaciones de estrés, y deben procurar ofrecer a los jóvenes un conjunto de aptitudes específicas para resistir la presión de sus pares para que usen drogas, por ejemplo en las comunicaciones o relaciones con otros jóvenes. También es importante ofrecer a los jóvenes oportunidades accesibles y de bajo costo para que puedan reunirse, cultivar una apreciación de las artes, practicar deportes y participar en actividades que constituyan desafíos para desarrollar la confianza en sí mismos;*
- d) Los jóvenes de la comunidad destinataria deben participar en todas las etapas de la formulación del programa de prevención;*
- e) La prevención no debe estar dirigida a una sola droga sino que debe tratar, dentro del concepto amplio de la promoción de la salud, el uso indebido de sustancias en general, incluidos el tabaco, el alcohol y los inhalantes;*
- f) Los jóvenes suelen ser receptivos a nueva información que sea fáctica y no contradiga cada parte de su experiencia personal con drogas. Las tácticas del miedo reducen la confianza que puedan tener los jóvenes en los consejos de los adultos y, en algunos casos, hasta alientan un comportamiento de riesgo;*
- g) Los programas de prevención deben incluir a la familia y a la comunidad en general, a fin de reforzar la información que se comunica a los jóvenes en el contexto de las actividades de prevención.*