

## **Algunas consideraciones teóricas que sirven de fundamento a un programa de Prevención**

Por

Humberto Castillo G., Director Ejecutivo  
Fundación CENTEGRUPO, Caracas, Venezuela.

**Descriptores:** conducta/comportamiento, drogas, investigación, prevención, reforzamiento, sistema nervioso central (estructuras).

Hacer prevención en el ámbito de la conducta humana, comprende un conjunto de acciones que tienen el propósito de evitar, fundamentalmente, la presencia de factores disfuncionales, que puedan afectar el sano desenvolvimiento del individuo consigo mismo y con su entorno social. La prevención no es un hecho fortuito, ni circunstancial. Debe, entonces, ser planificado. La planificación de la prevención no puede obedecer a consideraciones intuitivas. La acción preventiva debe estar fundamentada científicamente a partir de la investigación y evaluación permanente del proceso preventivo y de sus resultados, así como del conocimiento científico de los determinantes de la conducta humana para orientar la misma en la dirección correcta.

Freixa (1981) ha señalado que las investigaciones efectuadas sobre evaluación de programas preventivos, han evidenciado que los programas más exitosos son aquellos que se realizan bajo la modalidad de taller participativo, en donde no sólo se informa sobre drogas, sino que se promueve la discusión sobre distintos tópicos que puedan ser de interés para este tipo de población en función de propender a su sano desarrollo. En tal sentido un programa de prevención debe:

1. Promover la discusión acerca de actitudes, valores y creencias en relación al consumo de drogas, con el fin de corregir aquellos conceptos e ideas erróneas, que puedan favorecer el consumo de estas sustancias.
2. Informar a los adolescentes sobre los efectos de las drogas, tanto en el plano de la fisiología del organismo como en el plano del comportamiento, enfatizando su incidencia negativa sobre la familia y la sociedad en su conjunto, con el propósito de contribuir al desarrollo de actitudes y conductas orientadas al rechazo de las mismas.
3. Promover la independencia y la autoestima en estos jóvenes, con el propósito de favorecer el conocimiento de sus propias competencias.
4. Fomentar la comunicación como medio idóneo para establecer relaciones interpersonales adecuadas, tanto con la familia como con la sociedad.
5. Suministrar orientación en cuanto al manejo de situaciones de riesgo y evaluar alternativas más adecuadas, a través de técnicas de solución de problemas y toma de decisiones.

6. Promover la realización de actividades deportivas, culturales y recreativas que permitan un uso adecuado y gratificante del tiempo libre.

Washton y Boundy (1991), señalan que hay evidencias suficientes que indican que "la adicción progresa bajo condiciones de privación y es contrarrestada por un medio propicio y gratificante." Estos autores hacen referencia a un experimento de laboratorio en el que se utilizan ratas como sujetos; un grupo de animales adictos a la morfina se colocaron en un medio altamente estimulante, caracterizado por su amplitud, con presencia de neumáticos, latas y otros objetos con los cuales retozar. En este contexto la mayoría de las ratas adictas abandonaron voluntariamente sus dosis de morfina y superaron satisfactoriamente el proceso de abstinencia. Esta investigación concluye que en un medio gratificante pareciera que la droga disminuye su valor reforzador. Se puede suponer que el comportamiento de las ratas pasa a ser controlada por otras contingencias reforzadoras del medio, que además de incrementar conductas adecuadas estimulan las mismas zonas de recompensa cerebral y provocan la acción de los mismos neurotransmisores que activan ciertas drogas, ahora, mediante la emisión de conductas gratificantes.

Las conductas gratificantes pueden ser ubicadas dentro de lo que Valdés y colaboradores (1983), describen como el haz pos-encefálico medio, por su ubicación topográfica cerebral, o por lo que denominan sistema activador de la acción por considerársele un haz neuronal que induce fundamentalmente a la acción:

“Las consecuencias funcionales de la acción bioeléctrica de este haz aparecen ligadas a adquisiciones adaptadas para el organismo. Además de las propiedades reforzadoras de su estimulación, hay pruebas de una acción facilitadora mnésica, probablemente a través de las conexiones hipocámpicas. El sistema favorecería entonces la ampliación de repertorios conductuales reforzados por el éxito y la consolidación de huellas mnésicas relacionadas con él.” (Laborit, 1979).

Se trata de un sistema de bioquímica catecolaminérgica con una condición uniforme de neuro-transmisión con posibles conexiones sinápticas en determinadas zonas de recompensa cerebral, que además de ser activado por la acción de ciertas drogas, puede ser estimulado también a través de la emisión de conductas adaptadas, "reforzadas por el éxito".

Por otra parte, experimentos realizados bajo la condición de "preferencia condicionada al lugar" (Stolerman, 1992), evidencian que cuando el uso de cierta droga es asociada repetidamente a un determinado contexto, la existencia de ciertas claves discriminatorias, características de dicho contexto, hacen más probable el consumo en su presencia. Por esta razón es necesario, en el caso de la adicción, promover condiciones estimulantes diferentes. Esto último con el fin de favorecer el cambio de conducta que permita la instauración de repertorios adaptados reforzados positivamente, que sustituya de manera natural el efecto bioquímico reforzador de las drogas.

Un programa de prevención en el campo de la fármaco-dependencia debe incluir propuestas concretas para un manejo adecuado del placer, cambiar el placer inducido o

seudo-placer (Washton y Boundy, 1991), por el placer trabajado (planeación de la diversión). Los autores anteriormente citados al referirse al pseudo-placer señalan:

“En una sociedad en la que los valores del trabajo han invadido en gran medida el ocio (haciendo que éste se oriente al logro de metas, más que a la creatividad y la diversión), los elementos alteradores del estado de ánimo nos brindan una oportunidad de "dejarnos llevar", de quedar temporalmente liberados de nuestra autoconciencia y de la presión del tiempo. Nos evitan tener que asumir la escasez de alegría y de auténtico placer que tenemos realmente en nuestras vidas”.

7. Fomentar conductas dirigidas hacia la elaboración de un proyecto de vida, como una alternativa a mediano o largo alcance, para acceder a la instauración de repertorios adaptados, bajo control de contingencias reforzadoras del medio que garanticen su posterior mantenimiento.

Una de las funciones que más rápidamente se deteriora en el fármaco-dependiente es su capacidad de planeación. Como resultado de algunos experimentos de administración de marihuana a monos rhesus, y ciertos efectos de deterioro sobre el cerebro, Gilkenson (1984, citado por Man, 1986) expresó:

“La principal razón por la que el hombre es el rey del reino animal, es su capacidad de planear para el futuro; este tipo de planeación es una función importante del lóbulo pre-frontal, el cual es dos o tres veces más grande y más complejo en el hombre que en los demás primates que ya se han estudiado. Los monos con los que el doctor Heath demostró tal deterioro de las células cerebrales, tenían lóbulos frontales muy pequeños; no obstante, el daño en los giros cingulados y las vías septales que conducían a los lóbulos frontales de los monos, mostraron una importante destrucción; éstas son las rutas que toman las emociones y los sentimientos del "cerebro viejo" área límbica hacia el lóbulo pre-frontal (la región de la planeación). El problema que se mostró en las células cerebrales de los monos a este respecto, podría ser más extenso en el hombre, ya que el lóbulo pre-frontal es mucho más grande. El primer síntoma del consumo crónico de marihuana entre adolescentes es el cambio en su capacidad para hacer planes de largo alcance; por ejemplo, uno de estos jóvenes abandonó sus planes para entrar a la Escuela de Leyes, por su nuevo plan para convertirse en músico de rock (aun cuando nunca en su vida había tocado instrumento musical alguno). Otro fumador de marihuana, consciente del deterioro de su memoria, dijo, "En realidad no necesito mi memoria, pues ya cambié de planes: ya no voy a ir a la facultad. Ahora este es su plan a futuro”.

De acuerdo con estos hallazgos se puede pensar en lo importante que es la estructuración de actividades orientadas a la formulación de un proyecto adecuado de vida, cuando se trabaja con la conducta adictiva.

Como señalamos anteriormente, un programa de prevención debe ser diseñado para ser aplicado a través de **talleres participativos**, cuyos contenidos pueden ser organizados a través de módulos. Una propuesta de módulos que cumple con los principios anteriormente esbozados es la siguiente:

**Módulo I: Vencer las Drogas I**

Conceptos básicos  
 Tipos de Drogas  
 Efectos Psicológicos y Físicos  
 Mitos y Realidades

**Módulo II: Vencer las Drogas II**

Factores de Riesgo  
 Factores Protectores  
 Uso adecuado del Tiempo Libre

**Módulo III: Autoestima y Comunicación**

Conceptos  
 Tipos  
 Formación de Identidad  
 Valores Ideales y Desarrollo Moral  
 Componentes Verbales y no Verbales de la Comunicación  
 Asertividad y Habilidades Sociales

**Módulo IV: Toma de Decisiones y Solución de Problemas**

Entre los contenidos de estos módulos queremos hacer especial referencia al desarrollo moral y a las habilidades sociales y comunicativas.

Goldstein y Glick (1987), Feindler, Marriot & Iwata (1984) citados por Anicama (1994), establecen una relación entre consumo de drogas y conductas violentas o de agresión o conducta antisocial, y sugieren que detrás de estos comportamientos, sin intentar establecer una relación causal droga-delinuencia o delinquencia-droga, se pueden detectar conductas que están en déficit como las habilidades sociales y el desarrollo moral, y se pueden detectar otras conductas que aparecen en exceso como la agresión. En tal sentido, estos autores han propuesto la aplicación de un programa de entrenamiento para la sustitución de la agresión, Programa ART (*Agression Replacement Treatment*).

Este programa consta de tres intervenciones que se aplican coordinadamente para entrenar al individuo a tener un manejo más adecuado en los patrones conductuales antes señalados que describo a continuación:

- **Aprendizaje Estructurado:** consiste en un conjunto de procedimientos para mejorar los niveles de habilidad pro/social, tales como habilidades sociales que facilitan el desarrollo de relaciones, e impiden la pérdida de reforzamientos al proveer al individuo de una serie de destrezas conductuales que le permiten desenvolverse con una mayor "competencia social" en su medio ambiente.
- **Entrenamiento para el Control de la Cólera:** consiste en la identificación y manejo de una serie de respuestas asociadas a la cólera tales como: a) activadores: identificación de eventos internos y externos que operan como

estímulos de la cólera; b) señales: sensaciones cenestésicas y/o fisiológicas que cursan con la cólera; c) recordatorio: generación de verbalizaciones para reducir la cólera; d) reductores: respirar profundo, imaginar cosas agradables, relajación, etc.; e) utilización de la habilidad apropiada a partir del entrenamiento del aprendizaje estructurado y; f) auto/evaluación.

- Educación Moral: está basada en la técnica desarrollada por Kohlberg (1969, 1973; en Anicama, 1994), en la cual se expone a los sujetos a una serie de dilemas morales en un ambiente de discusión grupal. El propósito es incentivar el razonamiento de los sujetos con el fin de que discurren en distintos niveles de pensamiento moral, para generar una situación intra-personal de conflicto cognitivo, que pueda producir una reorganización y reestructuración cognitiva, que eleve la capacidad de juicio moral en dichos sujetos. En este módulo, en función de las necesidades detectadas en el grupo en el cual va a ser aplicado el programa, se emplean todos o algunos de estos procedimientos a fin de incrementar los factores protectores para el consumo de drogas.

En conclusión un programa de prevención que incluya los contenidos antes descritos, con bastante probabilidad va a cumplir los objetivos para el cual fue diseñado.

#### **Bibliografía consultada:**

Anicama, J. (1994): *Drogas, violencia y ecología*, Memoria, VI Seminario Internacional, CEDRO, Lima.

Freixa, F. y Soler, P.A. (1981): *Toxicomanías*, Editorial Fontanella, Barcelona.

Laborit, H. (1979): *L'inhibition de l'action*, Masson, Paris.

Mann, P.(1986): *Alerta: Marihuana*, EDAMEX, México.

Stolerman, I. P. (1992): *Drugs of abuse: Behavioral principles, methods and terms*, Trends in Pharmacological Sciences, 13, pp. 170-176

Valdés M.M., Flores, F.T., Tobena, P.A. y Massana, R.J. (1983): *Medicina Psicosomática*, Editorial Trillas, México, 1983.

Washton, A.M. y Boundy, D. (1991): *Querer no es poder: Cómo comprender y superar las adicciones*, Editorial Paidós, Barcelona.