



Facultad de Ciencias de Salud

Salud Integral

Prevención de adicciones y
Rehumanización



ÍNDICE

1. Agenda pedagógica
2. Estamos fallando en prevención
3. ¿Por qué estamos fallando?
4. Mitos sobre las adicciones
5. Vulnerable
6. Experiencias potencialmente adictivas
7. Patrón de consumo
8. ¿En qué se debe enfocar un programa de
9. prevención?
10. Video
11. Preventure
12. Rehumanización
13. 112 pasos de AA
14. Adicciones
15. Pensamiento..Reflexión





COMPETENCIA



Evalúa la importancia de la prevención para el cuidado de la salud, tomando en cuenta las áreas de adicciones, accidentes y violencia.



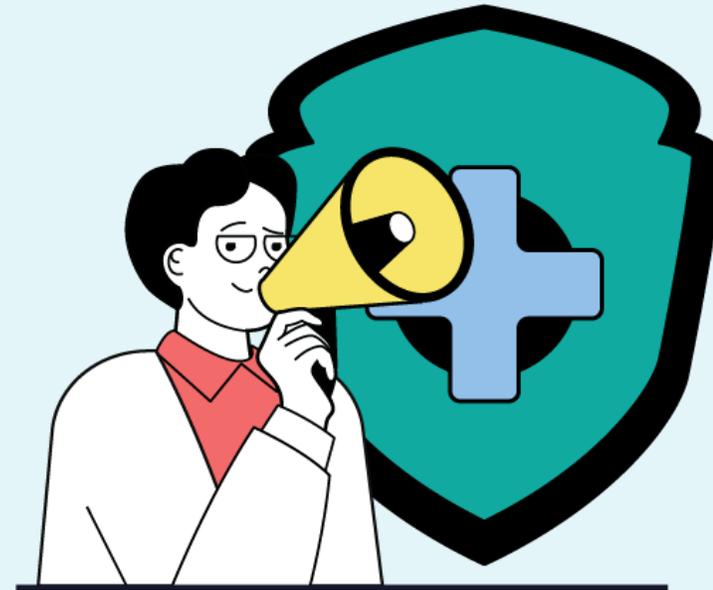


CONTEXTO



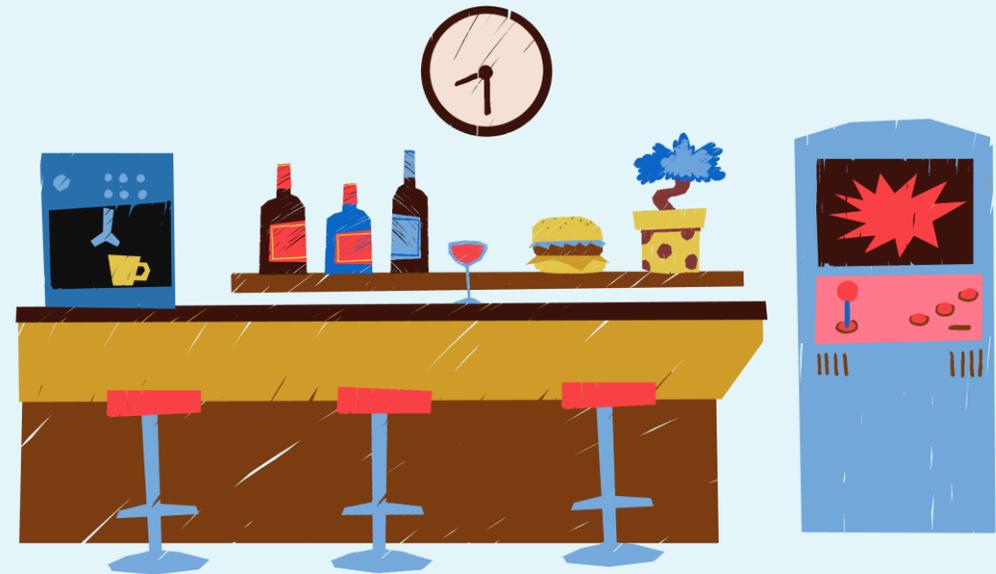
AGENDA PEDAGÓGICA

1. Bienvenida
2. Recuperación en adicciones
3. Tratamientos
4. Rehumanización
5. Test SURP



Estamos fallando en prevención

- El nivel de consumo de alcohol en adolescentes se mantiene estable globalmente.
- La edad a la que empiezan a consumir alcohol cada vez es menor.
- El alcohol y el tabaco ocupan el 4° y 5° lugar de causas de enfermedad en el mundo.
- El alcohol es la principal causa de muertes en jóvenes de entre 15 y 29 años de edad.



¿Por qué estamos fallando?

- No conocemos realmente lo que es “la adicción”.
- Nos hemos enfocado únicamente en sus consecuencias y no en sus causas.
- Tenemos metida en nuestra forma de pensar varios MITOS acerca de las adicciones.



Mitos sobre las adicciones

Mito #1

Existe una “personalidad adictiva” que todas las personas con una adicción comparten.

Mito #2

Una vez adicto, adicto hasta la muerte.

Mito #3

La adicción es una enfermedad de “Igual oportunidad para todos”.



Mitos sobre las adicciones

Mito #4

Los bebés pueden “nacer adictos” a las drogas.

Mito #5

Los adictos tienen “atrapado el cerebro” y son impotentes sobre su comportamiento e incapaces de aprender hasta que dejen de consumir.



Persona Vulnerable

La adicción es en primer lugar, una relación entre la persona y la sustancia, no es un resultado “farmacológico” inevitable.

Situación de consumo



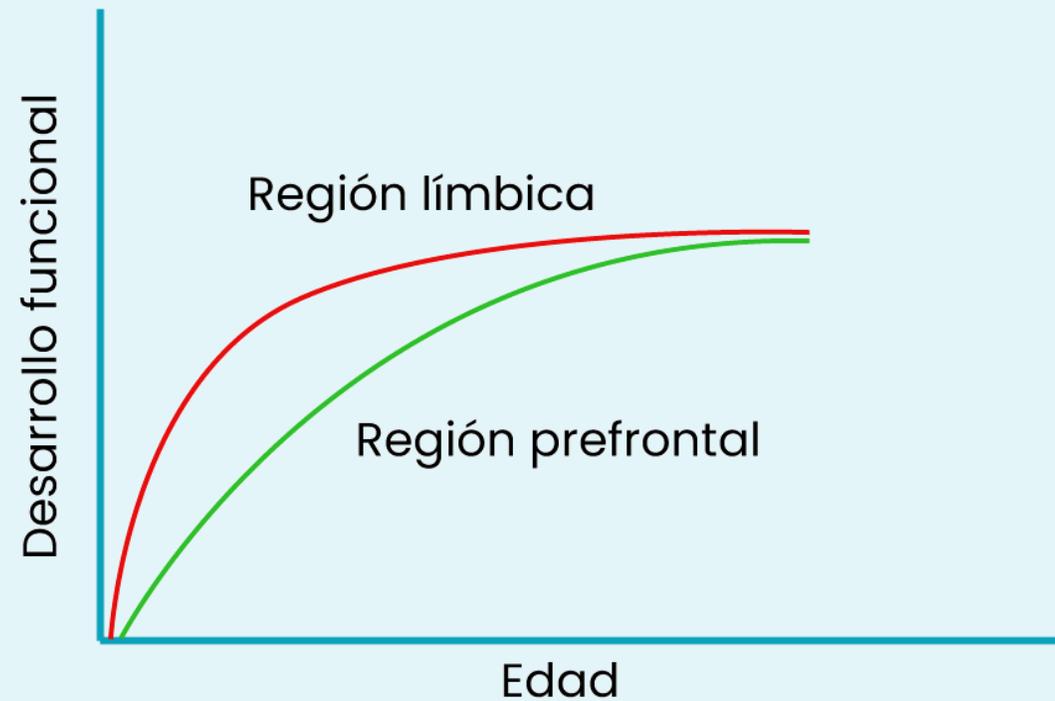
Patron de consumo



VULNERABLE: adolescencia... maduración del cerebro



Perspectiva del desarrollo cerebral en adolescentes



VULNERABLE: Predisposición

1. Impulsividad
2. Buscar sensaciones
3. Pensamiento negativo
4. Sensibilidad a la ansiedad



VULNERABLE: Necesidades emocionales

1. Abandono
2. Rechazo
3. Bullying
4. Duelos
5. Traumas en la niñez



EXPERIENCIAS POTENCIALMENTE ADICTIVAS

1. Tiempo oportuno y exacto
2. Lugar y ambiente apropiado
3. Compañía perfecta



PATRÓN DE CONSUMO

1. Sustancia
2. Cantidad
3. Frecuencia



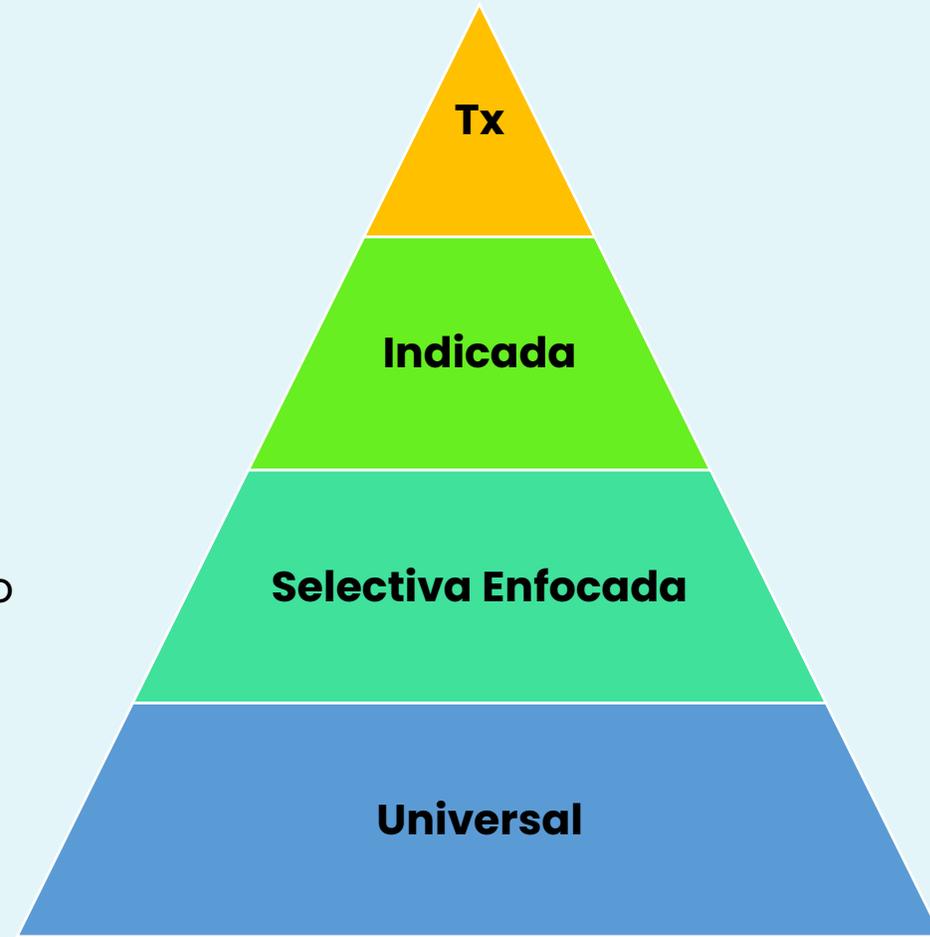
¿En qué se debe enfocar un programa de prevención?

1. Reconocerse a sí mismos y a los demás como personas
2. Valorar la vida propia y de los demás
3. Conocer el mundo en el cual viven
4. Vivir una espiritualidad activa
5. Identificar jóvenes con más riesgo
6. Enseñar y promover destrezas de vida y socialización saludables
7. Enseñar y promover alternativas para la expresión de sentimientos, pensamientos y emociones
8. Brindar:
 - a. Apoyo psicológico.
 - b. Apoyo espiritual.
 - c. Excursiones y actividades recreativas sanas y emocionantes.
 - d. Practicar hobbies o pasatiempos.
 - e. Servicio a la comunidad.

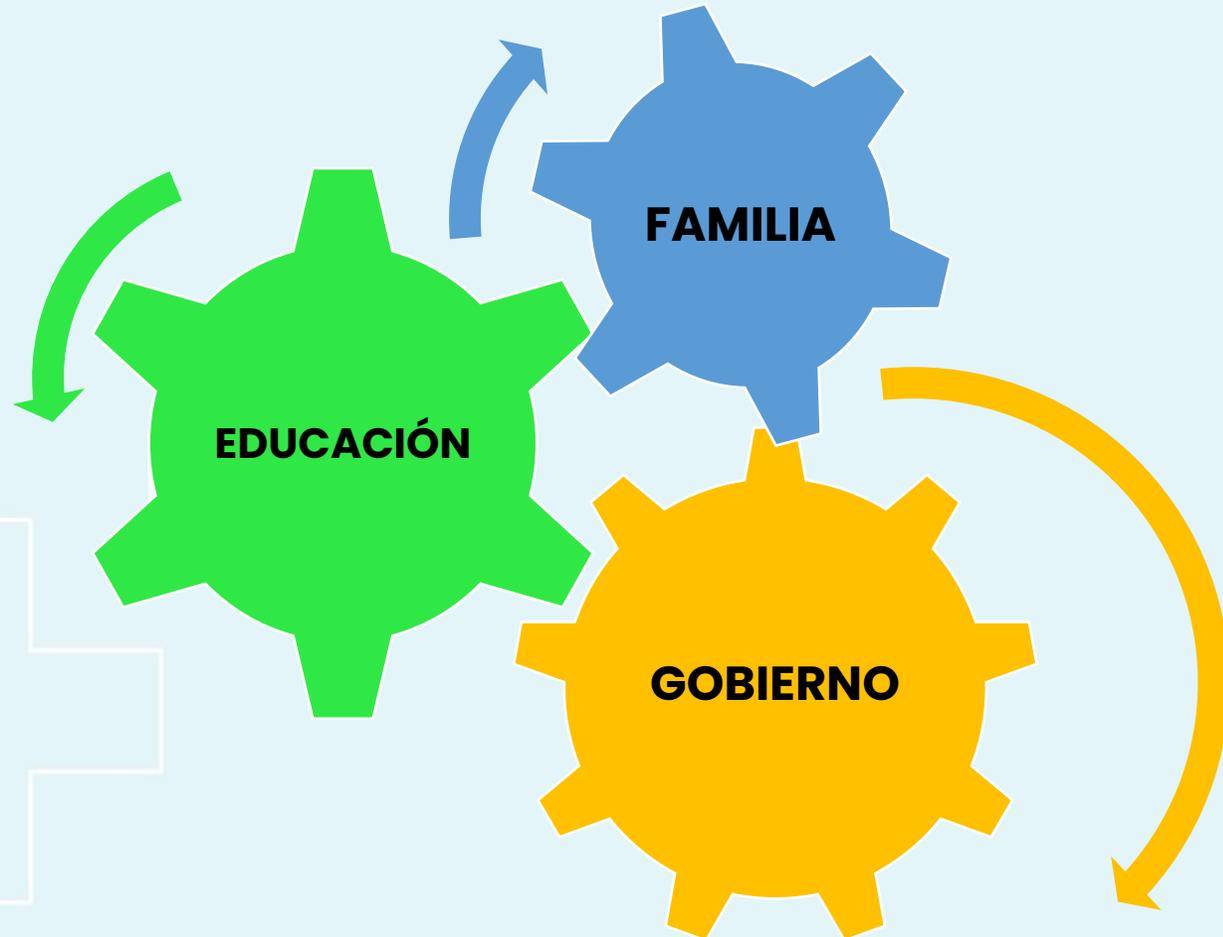


Programas de prevención y tratamiento

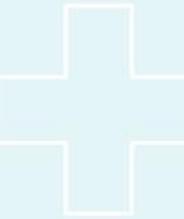
1. Tratamiento:
Solo el 25% de los adictos recibe tratamiento
"10 años de daño"
2. Tx Indicado:
Entrevista motivacional es lo más usado.
3. Selectiva o enfocada
Su grupo objetivo son personas con alto riesgo
Relativamente poco usados por falta de conocimiento
Mas efectivos que los universales
4. Universal
Intervenciones psicosociales a jóvenes y familias
Esta demostrada y evidenciada su baja efectividad



“Youth in Iceland”... toda una nación en la lucha



El objetivo es procesar las causas, fortalecer la protección y reducir los factores de riesgo.



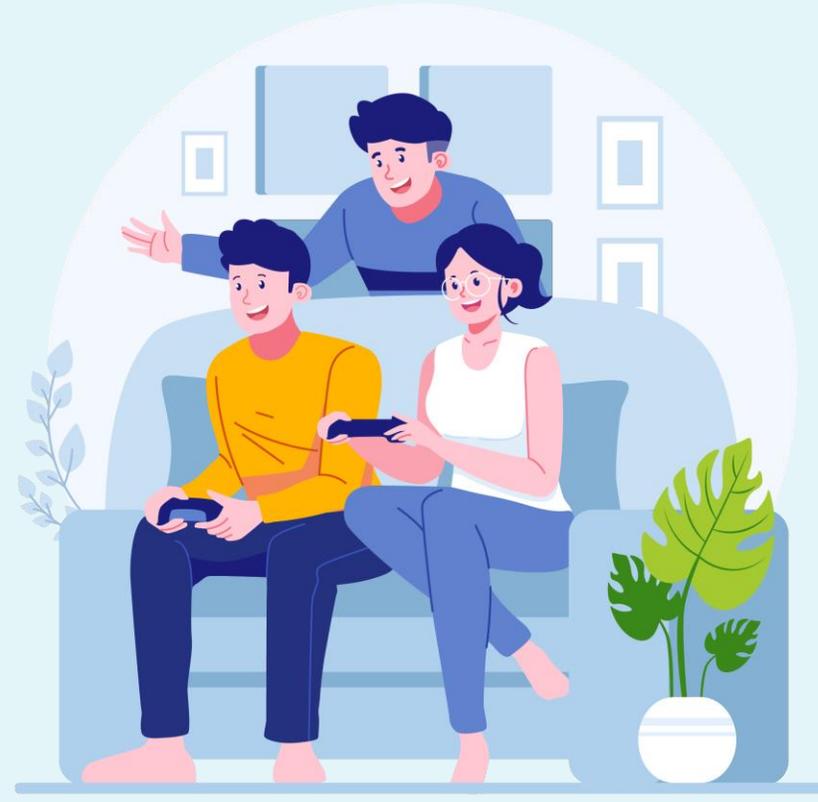
VIDEO:
Juventud
de Islandia



“PREVENTURE”

Diseñado por la Universidad de Montreal en Canadá para motivar a los adolescentes a una mejor comprensión de su estilo de personalidad a través de 4 diferentes talleres:

1. La impulsividad.
2. La búsqueda de sensaciones.
3. La sensibilidad a la ansiedad .
4. Pensamiento negativo.



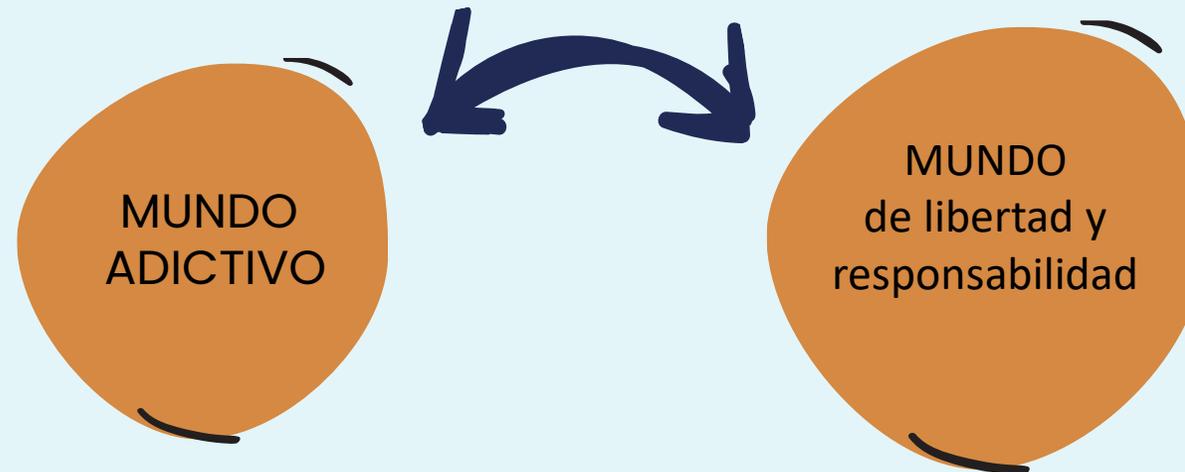
Conclusiones... Retos...

- Meter miedo a las drogas puede ser “efectivo” para los que de todos modos no van a ser adictos, pero puede despertar curiosidad a los más vulnerable y con mayor riesgo.
- La prevención debe enfocarse más en el autoconocimiento y menos en que conozcan los diferentes tipos de drogas.
- Es necesario que los jóvenes sepan y comprueben que siempre se puede aprender.
- Las personas siempre van a buscar maneras de alterar su estado de ánimo.
- Es más barato y fácil de regular y controlar un mercado que esforzarse en su eliminación.
- Las personas que usan drogas deben tener acceso a programas de reducción de daños.
- Información honesta acerca de las drogas, da credibilidad y hace que los jóvenes adquieran pensamiento crítico.
- Las políticas deben regirse por estudios científicos.
- Es imposible simultáneamente criminalizar un comportamiento y desestigmatizarlo...
- Pensar que la fuerza es la solución para una enfermedad, es creer que en realidad no es una enfermedad.

Rehumanización

Es un proceso de maduración en el que la persona recobra su libertad y queda libre de ataduras adictivas, viviendo de acuerdo a valores con los cuales se encuentra a través del proceso de rehumanización

- Se le da prioridad a la persona, sobre la sustancia o comportamiento adictivo.
- MUNDO REAL EN VALORES



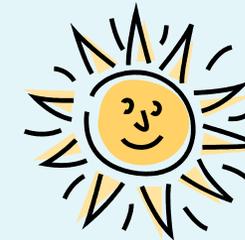
Vive a la espera de su dosis
Ser sin libertad
Esclavo
Sin esperanza



Espacios y medios para que tome conciencia



- Libre de ataduras
- Sin comportamientos negativos
- maduro



ENCUENTRO CON EL MUNDO

- LIBERTAD
- COMUNICACIÓN
- AFECTIVIDAD
- VALORES HUMANOS

- Irreal
- Inconsciente
- Vacío existencial
- Fractura de proyecto de vida
- desesperanza



- ENFRENTA:
- LIMITACIONES
 - CONFLICTOS
 - PROBLEMAS
 - REALIDAD



AYUDA A CAMBIAR SUS PENSAMIENTOS Y COMPORTAMIENTOS HACIA EL ENCUENTRO CON EL MUNDO DE LOS VALORES



Voluntad de rehumanización



PASOS DE AA

Los 12 pasos se listan a continuación:

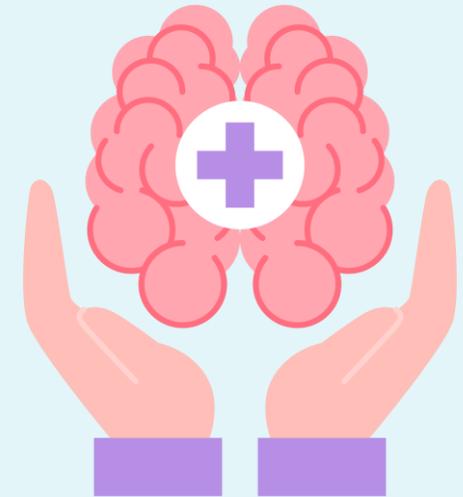
1. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables
2. Llegamos a creer que un Poder Superior a nosotros mismos podía devolvernos el sano juicio
3. Decidimos poner nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos
4. Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano la naturaleza exacta de nuestros defectos
6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter

PASOS DE AA

7. Humildemente le pedimos que nos librase de nuestros defectos
8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos
9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros
10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocamos lo admitíamos inmediatamente
11. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consiente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fuerza para cumplirla
12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

*“Señor, concédeme serenidad
para aceptar las cosas que no puedo cambiar;
Valor para cambiar aquello que sí puedo;
Y sabiduría para reconocer la diferencia”*

Adicciones





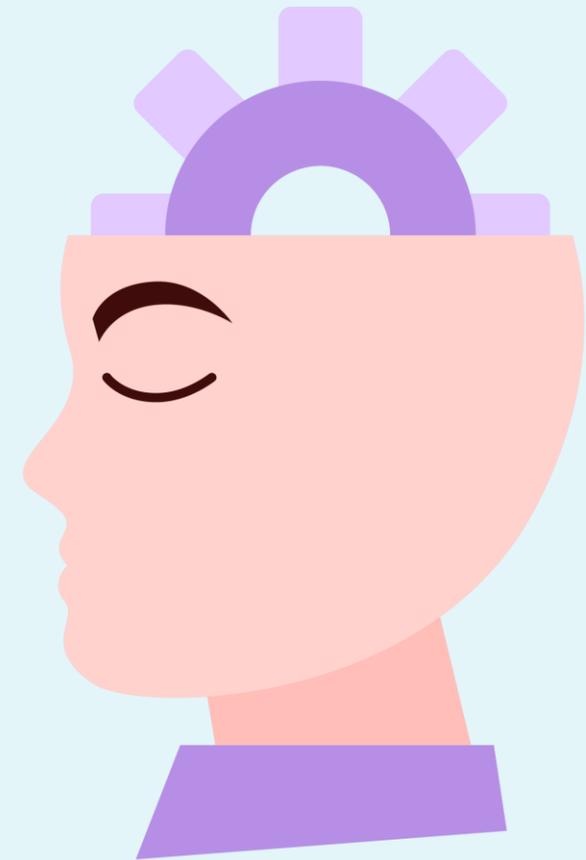
REFLEXIÓN



Pensamiento... Reflexión...

El comportamiento adictivo es un mecanismo de defensa que intenta solucionar un problema mayor...

El temor de enfrentar a un medio ambiente que se percibe como peligroso, hostil o difícil.



SURPS

- Substance Use Risk Profile Scale (Mexico)

SURPS – Substance Use Risk Profile Scale (Mexico)

PARA EL USO CON LOS ESTUDIANTES SE USA: "CUESTIONARIO DE PERSONALIDAD"

Por favor indica el grado de acuerdo que tienes con cada una de las siguientes afirmaciones según sea tu caso, marcando con una cruz la casilla que corresponda. No existen respuestas correctas o incorrectas. Gracias por tu sinceridad.

	1	2	3	4
	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1. Estoy contento(a) o satisfecho(a) con mi vida en general.				
2. Frecuentemente no pienso las cosas antes de hablar.				
3. Me gustaría conducir en el aire (tirándome de un avión con un paracaídas)				
4. Soy feliz.				
5. Frecuentemente me involucro en situaciones de las que después me arrepiento.				
6. Disfruto de las experiencias nuevas y excitantes aunque sean poco convencionales (fuera de lo normal / diferentes).				
7. Tengo fe en que mi futuro es muy prometedor.				
8. Es aterrador sentirse mareado o débil.				
9. Me gusta hacer cosas que me asustan un poco.				
10. Me asusta cuando siento un cambio en el latido de mi corazón.				
11. Por lo general actúo sin detenerme a pensar.				
12. Me gustaría aprender a manejar una motocicleta.				
13. Me siento orgulloso(a) de mis logros.				
14. Me asusto cuando estoy muy nervioso(a).				
15. En general soy una persona impulsiva (una persona que hace las cosas "al calor del momento", sin pensar en las consecuencias).				
16. Estoy interesado(a) en experimentar cosas aunque pudiesen ser ilegales.				
17. Siento que soy un fracaso.				
18. Me asusto cuando experimento sensaciones o sentimiento corporales inusuales o poco frecuentes.				
19. Disfrutaría de una caminata larga en un territorio salvaje y deshabitado.				
20. Me siento alegre.				
21. Me asusta cuando soy incapaz de concentrarme en una tarea.				
22. Siento que tengo que ser astuto(a) o manipulador(a) para conseguir lo que quiero.				
23. Estoy muy entusiasmado (positivo) con mi futuro.				

Introversión, desesperanza o pensamiento negativo	Sensibilidad a la ansiedad	Impulsividad	Buscador de sensaciones
1*	8	2	3
4*	10	5	6
7*	14	11	9
13*	18	15	12
17	21	22	16
20*			19
23*			

	Introversión desesperanza o pensamiento negativo	Sensibilidad a la ansiedad	Impulsividad	Buscador de sensaciones
Low	10 o menos	8 o menos	9 o menos	13 o menos
Mediun	11 a 15	9 a 13	10 a 14	14 a 18
high	16 o más	14 o más	15 o más	19 o más

Ver tabla comparativa de rasgos de personalidad



Este material digital es propiedad de la Universidad Rafael Landívar, se comparte por medio de una licencia Creative Commons CC BY-NC-ND del tipo “Atribución-No Comercial-Compartir igual”, la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales, ni se realicen obras derivadas.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/gt/>

