

## ¿Cómo se inicia el consumo de sustancias adictivas?

utpl

14/09/2019

Categorías:

Alumnos, Futuros alumnos, Investigación

A veces vemos con cierta normalidad que jóvenes y adultos consuman alcohol los fines de semana como un medio de distracción a sus actividades cotidianas. Sin embargo, **¿hasta qué punto se puede considerar normal el consumo de este?** A partir de esta realidad, [docentes de la carrera de Psicología Clínica \[1\]](#) de la **Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL)**, a través de los **proyectos de investigación que lideran en el Observatorio de Drogas y Salud Mental (OBASTAL) [2]**, estudian los factores que llevan a los jóvenes ecuatorianos al consumo de sustancias lícitas e ilícitas,

[María Belén Paladines](#) [3], docente de esta carrera de la UTPL, indica que en un estudio que realizaron en 2014 se consultó a varios jóvenes en dónde consumieron alcohol por primera vez. De las respuestas obtenidas, la docente conoció que **este primer contacto con el alcohol se genera en el entorno familiar**, durante eventos sociales como celebraciones, cumpleaños, fiestas, entre otros.

## Consumo social

La profesional en [Psicología Clínica \[4\]](#) señala que en la actualidad se utiliza el término **“consumidores sociales” para referirse a las personas que beben únicamente los fines de semana**, sin considerar que **esta tendencia constituye ya un patrón de conducta**. Ellos, dice, tienen una predisposición cerebral a esperar el fin de semana para ingerir bebidas alcohólicas y encontrar satisfacción.

Este consumo se convierte en un problema cuando el joven o adulto comienza a prestar más atención a las bebidas alcohólicas que a su vida social, familiar y laboral. La ingesta adictiva hace que sea menos importante llegar al trabajo que encontrar un bar abierto o un amigo para beber alcohol, ya que buscan responder a esta necesidad fisiológica.

Estas tendencias vienen muchas veces de la mano de la **inflexibilidad psicológica, la cual consiste en evitar los problemas, es decir, no afrontar una determinada situación que les incomoda** (conflicto familiar, de pareja, de dinero o estudios) y por eso prefieren consumir sustancias lícitas o ilícitas antes de enfrentarse a aquello que les perturba.

## ¿Cómo afrontarlo?

Ya que los jóvenes son el grupo más vulnerable a caer en el consumo de sustancias lícitas e ilícitas, **es fundamental que los padres conozcan el grupo de amigos con el que se relacionan** ya que, generalmente, cuando hay consumo frecuentan gente que no necesariamente es aceptada por la familia y el joven miente para continuar en contacto. Por lo tanto, es importante realizar un acompañamiento.

A esto se debe añadir el **diálogo en el hogar**: que los padres transmitan a sus hijos mensajes sobre los efectos negativos del consumo de sustancias, por ejemplo, el daño cognitivo, la pérdida de la memoria de corto plazo, afectaciones a la salud en general y accidentes de tránsito, entre otros.

[María Belén Paladines](#) [3] explica que **no es lo mismo consumir alcohol por primera vez a los 15 años y no volver a probarlo hasta cumplir 25, que una persona que bebe alcohol a corta edad y lleva una vida de consumo continua hasta los 20 o 30 años**. Esto, porque que el hábito daña el cerebro a nivel prefrontal, lo que deviene en un deterioro cognitivo que dificulta en la edad adulta tomar decisiones y planificar adecuadamente.

## Soluciones

**Cuando ya se ha detectado que existe un consumo problemático** de sustancias lícitas como alcohol y tabaco, o ilícitas (marihuana, cocaína, éxtasis, etc.), existen **protocolos de intervención** que se debe seguir:

### • Estudiantes de colegio >>

Deben acudir al Departamento de Consejería Estudiantil para que el encargado lo remita al Ministerio de Salud Pública donde cuentan con profesionales en Psicología que pueden emitir de forma gratuita un diagnóstico para iniciar un tratamiento.

### • Estudiantes universitarios >>

Generalmente cuentan en las instituciones de educación superior cuentan con departamentos de psicología destinados a su atención. En la UTPL, por ejemplo, los estudiantes pueden acudir a la Unidad de Bienestar Universitario, en donde **reciben acompañamiento para superar la adicción, de forma anónima**.

### • Personas particulares >>

El primer paso es aceptar que se tiene un problema para luego pedir ayuda y respaldarse en psicólogos y terapeutas.

Salir de las adicciones es posible con fuerza de voluntad y apoyo de la familia.

[María Belén Paladines](#) [3], docente de la carrera de Psicología Clínica - UTPL

María Belén considera que a nivel de la sociedad es importante promover actividades distintas al consumo de alcohol los fines de semana, como funciones culturales con ingreso gratuito, reuniones

de amigos en el cine, práctica de ejercicio, entre otras. Con esto se reduciría el consumo y, con ello, los índices de muertes por accidentes de tránsito y violencia en todo el país.

Para ser parte de este tipo de estudios e intervenciones, recuerda que puedes consultar todos los estudios que realiza el [Observatorio de Drogas y Salud Mental \(OBASTAL\)](#) [2] en su página web o inscribirte y cursar la carrera de [Psicología Clínica](#) [4] en nuestra universidad.

**Source URL:** <https://noticias.utpl.edu.ec/como-se-inicia-el-consumo-de-sustancias-adictivas>

**Links**

[1] <http://inscripciones.utpl.edu.ec/psicologia-clinica>

[2] <https://investigacion.utpl.edu.ec/observatorios/obastal>

[3] <https://investigacion.utpl.edu.ec/es/mbpaladines>

[4] <https://inscripciones.utpl.edu.ec/psicologia-clinica>