



FACTORES DE RIESGO / FACTORES DE PROTECCIÓN

¿Qué son los factores de riesgo y de protección?

Los factores de RIESGO se consideran “un atributo y/o característica individual, condición situacional y/o contexto ambiental que incrementa la posibilidad del uso y/o abuso de drogas”.

Por otro lado se entiende por factores de PROTECCIÓN “una característica individual, condición situacional y/o contexto ambiental que inhibe, reduce o atenúa la probabilidad del uso y/o abuso de drogas o transición en el nivel de implicación con las mismas” (Clayton, 1992).

Es decir, los factores de riesgo son aquellas características (individuales, sociales y culturales) que pueden aumentar la probabilidad de que se de un consumo de drogas mientras que los factores de protección son las características que pueden favorecer que NO se produzca un consumo de drogas.

Aspectos a tener en cuenta

- Que se de un factor de riesgo NO implica que se esté produciendo un consumo de drogas. Sin embargo, a mayor número de factores de riesgo, mayor probabilidad de que se de un consumo de drogas a la par de otras conductas problemáticas. Es por ello que expondremos a continuación cuales son estos factores de riesgo a tener en cuenta, así como los factores de protección, para poder llevar a cabo la prevención.
- Los factores de protección por norma general, interactúan unos con otros y se complementan. Cuando hablamos de factores de protección, podemos diferenciar entre los vinculados al individuo y los vinculados al contexto social.
- Los factores de protección son amortiguadores de los de riesgo.

FACTORES DE RIESGO

▪ Relacionados con las características personales

Si bien es cierto que el contexto social puede tener gran influencia y presión hacia el consumo de sustancias, la decisión final siempre pasa por ser una toma de decisiones personal. Es por esto, por lo que las características individuales tienen un gran valor tanto en el inicio como en el mantenimiento del consumo, puesto que cada uno damos un significado y valor tanto a las influencias ambientales como a los efectos del consumo.

Así pues las características de cada persona que están relacionadas con los factores de riesgo son:

- Edad, en la adolescencia aumentan los riesgos.

- Baja autoestima y asertividad, la incapacidad de expresar sus sentimientos y de mantener sus propias opiniones que le lleva a tener dificultades para enfrentarse a los demás más y llevar a término su decisión y no una deliberada por la influencia del grupo.
 - Elevada búsqueda de sensaciones nuevas, en muchas ocasiones sin reparar en los riesgos que implica dicha conducta.
 - Insatisfacción con el empleo del tiempo libre.
 - Personalidad con control externo, es decir, personas que tienden a pensar que sus “problemas” no se deben a sus propias características, sino a factores externos, por lo que para solucionarlos usan recursos externos, como puede ser el consumo de drogas.
 - Inconformidad con las normas sociales.
 - Baja tolerancia a la frustración lo que conlleva la necesidad de satisfacción inmediata de sus necesidades.
 - Elevada necesidad de aprobación social.
 - Expectativas positivas respecto a las consecuencias del consumo.
 - Falta de habilidades sociales y para tomar decisiones o resolver problemas.
 - Dificultad en el manejo del estrés.
 - Actitud favorable hacia las drogas junto con una falta de conocimiento sobre estas.
 - Bajo rendimiento escolar.
- **Relacionados con el contexto social y la comunidad**
 - Actitudes tolerantes al consumo, sin tomar conciencia de los riesgos derivados del consumo.
 - Sistema de valores compartido, como por ejemplo, que se de un consumo de determinada sustancia porque se la relacione con un alto nivel adquisitivo.
 - Falta de recursos para un tiempo libre saludable
 - Disponibilidad de drogas. A mayor cantidad disponible, mayor número de consumidores y consumo.
- **Relacionados con el ámbito familiar**
 - Baja cohesión familiar, aquellas familias que no hacen cosas juntos, ni comparten intereses, ni comparten el tiempo y el espacio entre otros.
 - Estilo educativo familiar, que no se tengan establecidas unas normas que regulen la convivencia, llevándolas a cabo con disciplina (firme pero razonable desde un clima comunicativo y afectivo).
 - Clima afectivo inadecuado (conflictivo y/o falta de afecto)
 - Consumo de drogas en el ámbito familiar, ya que los más pequeños aprenden de lo que ven.
- **Relacionados con el ámbito escolar y grupo de iguales**
 - Falta de integración escolar, el cual sea percibido como un medio en el que son rechazados y en consecuencia pasan a una situación de marginación.
 - Consumo de drogas. Si en su grupo de amigos consumen, habrá mayor probabilidad de que él lo haga. Esto mismo se aplica al entorno escolar.
- **Relacionados con el ámbito laboral**
 - Ambiente laboral que se de: inestabilidad, conflictos, presión, competitividad y/u otros consumidores

- Puesto de trabajo que sea: poco motivador, repetitivo, etc.
- Proceso productivo intenso, con largas jornadas, etc.

FACTORES DE PROTECCIÓN

▪ **Relacionados con las características personales**

- Los valores. Debemos favorecer la construcción de valores positivos hacia la salud para que configure un estilo de vida saludable, dar protagonismo a los valores prosociales para facilitarles la capacidad de relación con los demás, así como instaurar unos valores ético-morales que impliquen responsabilidad, respeto y tolerancia entre otros.
- Tener actitudes positivas hacia la salud hace que el consumo sea incompatible.
- Competencias para la interacción social que le permitirán una adaptación eficaz en su entorno social.
- Capacidad para tomar decisiones, lo cual requiere de la adquisición de recursos para afrontar y resolver situaciones futuras, siendo capaz de elegir en base a sus propias convicciones y valores. Para que se produzca de forma óptima se deberán haber desarrollado competencias como la autonomía y responsabilidad.

▪ **Relacionados con el contexto social y la comunidad**

- Crear en la comunidad una línea de educación que contenga la promoción de la salud.
- Limitación de la accesibilidad a las drogas.
- Promover actividades de ocio y tiempo libre alternativas a la cultura de consumo.
- Implicarse en la comunidad, ya que esta es una fuente de aprendizaje y educación a la par que se crea sentimiento de pertenencia.

▪ **Relacionados con el ámbito familiar**

- Apego familiar, el cual implica sentimiento de pertenencia a un grupo de referencia y nos proporciona seguridad.
- Clima afectivo positivo donde predomina el respeto, una buena comunicación y muestras de afecto positivas.
- Favorecer una comunicación fluida.
- Transmitirles actitudes positivas para la salud y actuar en consecuencia.

▪ **Relacionados con el ámbito escolar y grupo de iguales**

- Un buen clima en el centro educativo favorece el sentimiento de pertenencia, socialización e integración.
- Favorecer el apego grupal junto con la independencia personal, es decir, adquirir vínculos afectivos y sentimientos de pertenencia a un grupo manteniendo la autonomía a la hora de tomar decisiones y por lo tanto no vernos arrastrados por la influencia grupal

▪ **Relacionados con el ámbito laboral**

- Tomar medidas relativas a la tarea, favoreciendo la flexibilidad, haciendo planificaciones, etc.
- La organización pasando por la antelación, para así poder organizar otros aspectos como la vida personal y familiar.