

## **ADICCIONES Y FACTORES PROTECTORES Y DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA**

Mónica Sofía Muñoz Herrera

Natalia Vélez López<sup>1</sup>

### **Resumen**

Las adicciones son un problema de gran importancia social, que se ve reflejado en la realidad clínica de los profesionales de la salud, donde va en aumento el número de personas que pide ayuda porque cualquier tipo de adicción afecta su vida, tanto a nivel individual como social. Para intervenir un problema como este, de interés social, se debe tener claridad sobre el concepto y las causas o los factores de riesgo; es por esto, que en la literatura científica abundan artículos sobre este tema. Cuando se conoce los factores intervinientes, en este caso, de las adicciones, es posible un acercamiento a la raíz del problema, a las necesidades de quien lo sufre y hay claridad sobre los aspectos en los que se puede operar. Con el fin de contextualizar al lector sobre este fenómeno tan presente en la sociedad actual se hará una breve reseña histórica sobre las adicciones, se definirán el concepto de adicción y luego se describirán los factores de riesgo y los factores de protección.

---

<sup>1</sup> Estudiantes de pregrado en Psicología de la Universidad de Antioquia. Correos electrónicos:  
[natalia.velez2@udea.edu.co](mailto:natalia.velez2@udea.edu.co) [sofia.munoz@udea.edu.co](mailto:sofia.munoz@udea.edu.co)

## **Historia de las adicciones**

La historia de las adicciones es la historia sobre la fuente que genera placer, es decir, cuando se descubre o se empieza a usar dicha fuente, como es el descubrimiento de las drogas, y, por ende, su utilización, también empiezan los problemas y luego con el surgimiento de la tecnología surgen nuevos problemas o adicciones. Con respecto al uso de las sustancias químicas, ha habido presencia de estas en todas las sociedades, el uso de sustancias como el opio y la coca se remite a la antigüedad, alrededor de 3000 años A.C. y se usaban con fines medicinales, recreativos o para entrar en contacto con seres sobrenaturales.

El uso de sustancias no generaba controversias en la antigüedad, pero cuando el cristianismo se empezó a extender, con el nacimiento de la farmacología en el siglo XVI y posteriormente con el uso de las sustancias como intoxicantes empezaron las controversias sobre la conveniencia de consumir sustancias o no, la prohibición, la penalización y lo que es actualmente un problema de salud pública (López, 2006).

De la misma manera, las adicciones conductuales (adicción al juego, al sexo, a las compras, a las comidas, al ejercicio físico, al internet, etc.) tienen cada una su propia historia, que sería muy extenso contextualizar en este artículo. Pero es oportuno hacer referencia a las “nuevas adicciones” que aparecen con el surgimiento de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (el internet y el móvil); estos aparatos son ampliamente usados por personas de todo el mundo, con múltiples beneficios y servicios, el problema empieza cuando se hace un uso desadaptativo de ellos y empieza a afectar la vida de la persona; se comienza a usar el término de adicción a Internet en 1995, específicamente en Estados Unidos y con respecto a la “adicción al móvil” no hay consenso sobre si se puede hablar de una adicción (Muñoz, Redondo, Fernández & Gaméz, 2014).

## **Definición**

Después de revisar cómo se empezó a trabajar el concepto de adicciones, se hace necesario definir este concepto. De esta manera, se planteará que las adicciones son hábitos a consumir sustancias o a llevar a cabo conductas placenteras con excesiva



frecuencia, donde se siente la necesidad de realizar la conducta, saciedad al hacerla y dificultad para evitar o dejar de emitirla, aunque se tenga consciencia de los efectos negativos. (OMS, Sussman y Sussman 2011). Las adicciones se pueden dividir en dos: las primeras son las adicciones químicas, que son los trastornos debidos al abuso de una sustancia que genera cambios en el comportamiento o en el estado de ánimo de la persona, ya que causa alteraciones mentales; como consecuencia se desarrolla dependencia física o psicofisiológica a la sustancia. Las segundas son las adicciones conductuales, que se pueden definir como el uso abusivo o repetitivo de actividades cotidianas que generan placer, hasta el punto de desarrollar dependencia psicológica y perder el control sobre la actividad; algunas de ellas son la adicción al juego, al sexo, a las compras, a las comidas, al ejercicio físico, entre otras (Caballo, Salazar & Carrobbles, 2014).

Siguiendo con lo anterior, es pertinente aclarar que se puede hacer esa división, pero hay que tener mucho cuidado de no restringir el término de adicción a uno de los dos tipos, ya que cualquier actividad que genere placer (sea química o no) es susceptible de convertirse en una adicción. También se debe considerar que, aunque las similitudes entre ambos tipos de sustancias son muchas, las adicciones conductuales no se consideran enfermedades mentales en los manuales diagnósticos (Muñoz, Redondo, Fernández & Gaméz, 2014). Sin embargo, hay autores que afirman que los circuitos cerebrales que se activan en las adicciones conductuales se relacionan con las adicciones a sustancias (Holden, 2011). Este campo aún tiene mucho por explorar y falta dilucidar mejor el asunto, pero hay que aclarar que lo que precisa una adicción es el grado de interferencia con la vida cotidiana, es decir, las conductas que se configuran como adicciones solo pueden ser llamadas como tal cuando una persona al realizarlas es incapaz de dejarlas y estas empiezan a afectar varias esferas de su vida. Es por esto, que en el presente artículo se van a considerar ambos tipos de adicciones como problemas de salud pública.

### **Factores Asociados**

Existen muchos factores asociados al fenómeno de las adicciones y hay que aclarar que ninguno de ellos es determinantes o suficientes, por el contrario, es la unión de varios de estos lo que hace que una persona adquiera una adicción. Cabe entonces



señalar que existen tres elementos que favorecen la adquisición de una adicción, a saber, el producto (que puede ser abundante, barato y de fácil acceso), el entorno (que debe incentivar, ser favorecedor y tolerante) y el sujeto (que contará con toda una serie de factores que favorecerán la tendencia y dependencia de la adicción, como por ejemplo una predisposición genética). (Hernanz, 2015)

Sin embargo, ésta no es la única clasificación existente de los factores asociados a las adicciones. Una opción diferente a la anterior, divide los factores de riesgo por su naturaleza, sea biológica, psicológica o social, y otra alternativa propone una división de cuatro categorías haciendo referencia a los factores asociados al plano individual, familiar, social y educativo. Este artículo se centrará en esta última clasificación para ahondar un poco más en este tema y reconocer algunos de estos factores. (Canales, Díaz, Guidorizzi & Arena, 2012; Aguilar, 2012).

Siguiendo con lo planteado anteriormente y retomando la última categorización planteada, es posible identificar dentro del plano individual factores como el sexo, la edad, la percepción de riesgo, la calidad del sueño, algunas enfermedades y los trastornos de la alimentación. En el ambiente familiar se pueden distinguir elementos como la desorganización familiar, poca o mala relación con la familia, problemas afectivos y en el manejo de la familia, ausencia de los padres, conflictos matrimoniales, abuso y aprobación del uso del alcohol, drogas, tabaco y cualquier otro producto que genere adicción, por parte de los padres. En relación con el entorno social se encuentran la presión de grupo, un ambiente que tolere el uso o consumo del producto que genera la adicción, tensiones ambientales, necesidad de escapar y la percepción social o grupal del riesgo que representa la adicción. Por último, están los factores pertenecientes al ámbito educativo como son el hecho de que el estudiante no tenga claridad acerca del comportamiento que se espera de él, que no haya disciplina o control por parte de los maestros o educadores, o por el contrario que la disciplina sea demasiado dura e inadecuada; además de malas relaciones en la escuela, baja motivación por los estudios, mal rendimiento académico y poca disciplina. (Canales, Díaz, Guidorizzi & Arena, 2012; Aguilar, 2012)

De acuerdo a lo planteado anteriormente, es necesario resaltar uno de los factores ya mencionados, por sus implicaciones en la adquisición y mantenimiento de las adicciones en los adolescentes, sobre todo porque es una característica fundamental de esta etapa de la vida. Se hace referencia al hecho de que la adolescencia es un período de tiempo donde la percepción de riesgo es baja en comparación con la etapa adulta, es decir, los adolescentes tienden a disminuir las consecuencias negativas de sus actos o a pensar que son menos susceptibles al daño y capaces de todo, por lo que es más probable que se inmiscuyan en actividades que representan un peligro para su salud física y mental.

### **Factores protectores**

Al mismo tiempo, así como hay factores de riesgo, también existen factores protectores que disminuyen la posibilidad de que una persona ingrese al mundo de las adicciones. Las personas están expuestas al mismo tiempo tanto a factores de riesgo como a factores protectores, pero cuando estos últimos están más fortalecidos, la probabilidad de desarrollar problemas de hábitos excesivos disminuye.

Para ampliar el concepto de los factores protectores es posible clasificarlos en personales, familiares y sociales; los factores protectores personales serían, principalmente la autoestima o la visión subjetiva que tiene una persona de sí misma relacionada a múltiples aspectos como el atractivo físico, el éxito o los logros alcanzados, la inteligencia y el potencial para alcanzar lo que se desea y su percepción de seguridad; esta autoestima debe ser equilibrada, es decir ni una valoración de sí mismo muy alta ni muy baja, porque ambos extremos generan consecuencias negativas y pasarían a actuar como factores de riesgo. Entre otros factores personales de protección están las habilidades sociales y de comunicación, la capacidad para solucionar problemas, un control adecuado de las emociones, las creencias religiosas, la percepción de satisfacción y felicidad ante la vida, un buen estado de salud y el aprovechamiento del tiempo libre. (Echeburúa, 2012; García, Rodríguez & Córdova, 2008; Sussel & Suárez, 2014; Cid-Monckton & Pedrão, 2011; Medina & Carvalho, 2010).

Por otro lado, en los factores protectores del ámbito familiar están la buena comunicación, confianza y cohesión familiar, el establecimiento de responsabilidades



tempranas, normas, valores y límites, el apoyo emocional, las rutinas familiares protectoras como sentarse juntos a la mesa y pasar tiempo de calidad; las expresiones de afecto, la identificación y solución de conflictos por parte de los padres, la participación de los hijos en la toma de decisiones familiares y el enseñar a los hijos con el ejemplo, es decir, evitar tener conductas dañinas, usar apropiadamente el tiempo libre, entre otras. y por último encontramos los factores protectores sociales y escolares como la realización de actividades de disfrute sanas en compañía de amistades que mitiguen el estrés, las buenas relaciones con los amigos y los educadores, el papel de la escuela y la sociedad como fuentes de información, orientadoras y promotoras de factores protectores, y el apoyo profesional ante las tensiones (Echeburúa, 2012; García, Rodríguez & Córdova, 2008; Sussel & Suárez, 2014; Cid-Monckton & Pedrão, 2011; Medina & Carvalho, 2010).

### **Recomendaciones**

En todo lo concerniente a problemas de adicción, los profesionales de la salud deberían en primer lugar, evitar posturas moralistas y en lo posible tratar de deshacerse de prejuicios de este tipo, donde se considera a una persona adicta como “mala”, “dañina”, “viciosa” o “enferma”, entre otros. Lo anterior es con el fin de acercarse al problema y ver la realidad de este, si afecta o no a la persona o a la sociedad, y si es así en qué manera. Luego, se recomienda conocer tanto los factores protectores como los factores de riesgo en la persona o comunidad, para tener bases sólidas del problema y pasar a intervenir; el estudio de estos factores facilitaría el diseño de programas de prevención e intervención, es aquí donde deberían enfatizar los profesionales que trabajan con problemas de adicción. Otra recomendación y muy importante sería considerar siempre a la persona o grupo dentro de su contexto ambiental, ya que este siempre interviene en la persona y están en constante interacción. Con esto en mente y ya que tanto en los factores de riesgo de las adicciones en la adolescencia como en los protectores se evidencia la importancia de la familia y las instituciones educativas, se podría empezar por realizar programas de prevención y promoción que se basen en la difusión de este tipo de información a las familias y los educadores para que la formación de los adolescentes tanto en casa como



en las instituciones para el objetivo de evitar un problema tan importante de carácter social como lo son las adicciones.

### **Conclusión**

Todos los seres humanos realizan conductas que pueden ser riesgosas para la salud, pero va a depender de la intensidad y la frecuencia de esta conducta, el que genere o no un problema de salud, como pueden ser las adicciones. En principio, se puede afirmar que una conducta se realiza con el fin de obtener placer, pero luego cuando esta se realiza para reducir molestias o sensaciones displacenteras y ya no solo por el hecho de obtener un reforzador (placer), se conoce como una adicción, porque la conducta genera cierto control en la persona, además de que afecta las diferentes esferas de su vida. Detrás de los comportamientos adictivos hay múltiples factores intervinientes, que al confluir favorecen la adquisición del problema, estos son los llamados factores de inicio o factores de riesgo; a la vez hay factores protectores.

## Referencias bibliográficas

- Aguilar, O. E. (2012). Algunos factores relacionados con las adicciones. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 17() 69-70. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=47323278001>
- Caballo, V., Salazar, I., Carrobles, J. (2014). Manual de psicopatología y trastornos psicológicos (2ª edición). Madrid: Pirámide.
- Canales, G. F., Díaz, T., Guidorizzi, A. C., Arena, C. A. (2012). Consumo de drogas psicoactivas y factores de riesgo familiar en adolescentes. *Revista CUIDARTE*, 3() 260-269. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=359533179002>
- Carvalho, M. d G., Medina, N. (2010). Factores protectores de las familias para prevenir el consumo de drogas en un municipio de Colombia. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 18() 504-512. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281421939004>
- Cid-Monckton, P., Pedrão, L. J. (2011). Factores familiares protectores y de riesgo relacionados al consumo de drogas en adolescentes. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 19() 738-745. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281421968010>
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias*, (37), 437-445.
- Hernanz, M; (2015). Adolescente y nuevas adicciones. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 35() 309-322. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265038752006>
- López, F. (2006). *Drogas y adicciones en la sociedad actual*. Almería: Universidad de Almería.



Rodríguez, S. E., García, R., Córdova, A. (2008). Factores motivacionales protectores de la depresión y el consumo de drogas. *Salud Mental*, 31() 453-459. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58212099005>

Suárez, N., Cheesman, S. S. (2014). Factores de riesgo y protectores del tabaquismo en estudiantes de la Facultad Ciencias Médicas USAC, Guatemala. *Horizonte Sanitario*, Septiembre-Diciembre, 223-232. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457845147002>