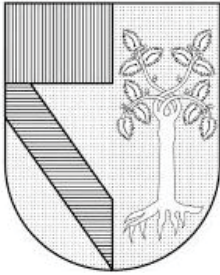


UNIVERSIDAD PANAMERICANA
FACULTAD DE PEDAGOGÍA



**INSTITUTO
PANAMERICANO
DE CIENCIAS DE
LA EDUCACIÓN**

IPCE



Con reconocimiento de Validez Oficial de Estudios ante la
Secretaría de Educación Pública.

**“LA EDUCACIÓN INTEGRAL EN LA FAMILIA PARA LA PREVENCIÓN
DEL USO INDEBIDO DE DROGAS EN ADOLESCENTES”**

T E S I S
PARA OBTENER EL GRADO DE:
MAESTRO EN EDUCACIÓN FAMILIAR
PRESENTA
MARIELLA ROSSABEL GARCÍA SAMAYOA

DIRECTORA DEL PROGRAMA: DRA. MARÍA DEL CARMEN BERNAL GONZÁLEZ
ASESORA: DRA. ANA TERESA DEL NIÑO JESÚS LOPEZ DE LLERGO VILLAGÓMEZ.

México, D.F.

2008

DEDICATORIAS Y AGRADECIMIENTOS

A Dios que me ha acompañado y sostenido siempre.

A mi mamita, que Dios la bendiga siempre, gracias por todo su amor.

A mi papito, no cabe duda que la paternidad no termina cuando el padre muere, siempre está presente en mi mente y mi corazón.

A mi esposo, amor gracias por existir, te amoooooooo. Gracias por nuestra familia y también por todo el apoyo que me brindaste para la realización de esta investigación.

A mis hijos: Ricardo y Alejandra, los amo mis niños, mi vida no sería lo hermosa que es sin ustedes. Este trabajo lo hice pensando especialmente en ustedes y en sus primos. Recuerden que tienen el poder de decidir lo que quieren en sus vidas, decidan con amor, responsabilidad y ante todo con Fe.

A mis hermanos: Fer siempre te llevo en mi corazón, Lucky y Ara, todas para una y una para todas.

A mis suegros por todo su cariño.

A mis amigos (as) por todo lo que hemos compartido. Los quiero a todos. En especial a mis amigas: Yenarit que sin su insistencia no hubiese iniciado ni terminado este proyecto y a Liliana por sus aportaciones para la mejora de esta tesis.

Al Dr. y amigo José Luis García Aguirre que con su profesionalismo y humanidad ha sido promotor de importantes cambios personales y profesionales. Gracias doctor, ya casi....

A todos los maestros que han dejado huella en mi vida personal y profesional, mil gracias.

En especial agradezco todo el apoyo para la realización de este trabajo a la Dra. Ana Teresa López de Llergo y a la Mtra. María Teresa Carreras por su oportuna revisión y comentarios para mejorarlo. Gracias Ana Tere y Gracias Tita.

Agradezco también todo el apoyo de la Maestra Margarita Espinoza, siempre con una sonrisa y amable disposición. Gracias Maggi.

A la Mtra. Maite Lot, porque aunque ella no lo sepa, fue una gran motivación para retomar y terminar la maestría. Gracias Maite, más vale tarde que nunca...

A todas las personas que luchan día con día por liberarse o liberar a algún ser querido de la dependencia a las drogas y a aquellas que reconocen su responsabilidad ante la prevención y unen sus esfuerzos a esta causa sin importar cual sea su ámbito.

INDICE

INTRODUCCIÓN	10
---------------------	-----------

CAPITULO I

1. LA FAMILIA: UN BARCO EN ALTAMAR

1.1 Contexto actual de la familia en México.	14
1.2 Concepto de familia.	20
1.3 Características de la familia educadora.	32
1.4 El educador familiar y su papel preventivo.	59

CAPITULO II

2. LAS ETAPAS EVOLUTIVAS MÁS VULNERABLES: Marinero que se fue a la mar... para ver que podía ver...

2.1 El ciclo vital de la persona humana.	66
2.2 ¿Quiénes son más vulnerables?	68
2.3 Concepto de adolescencia.	69
2.4 Características biológicas, psicológicas, sociales y espirituales de la adolescencia inicial o pubertad, adolescencia media y superior.	72
2.5 Factores o motivos que hacen a la etapa de la	

adolescencia la más vulnerable.

85

CAPITULO III

3. LAS DROGAS: A Merced de los vientos y las tormentas: S.O.S

¡¡Peligro de naufragar!!

3.1 El consumo de drogas en México.	91
3.2 ¿Dónde adquieren las drogas con mayor frecuencia?	97
3.3 ¿Cuáles son los factores de riesgo?	98
3.3.1 Factores de la personalidad que favorecen la posibilidad de la adicción a las drogas.	98
3.3.2 Factores de riesgo en la familia.	100
3.3.3 Factores de influencia social.	102
3.4 Concepto de droga	106
3.4.1 ¿Qué es una droga?	106
3.4.2 Uso, uso indebido y drogadicción o fármaco dependencia.	107
3.4.3 La biología y la psicología de la adicción.	108
3.4.4 La clasificación de las drogas.	112
3.4.5 Cuadro de tipos de drogas y sus efectos.	114
3.5 Síntomas más frecuentes que permiten la detección del consumo de drogas.	122
3.5.1 ¿Cómo podemos identificar si una persona usa drogas?	122
3.5.2 ¿Qué hacer cuando se sospecha del consumo de drogas?	123
3.5.3 Estamos seguros de que hay consumo de drogas. ¿Qué actitud es recomendable que tomemos los padres frente a un hijo que consume drogas?	125
3.5.4 ¿Qué actitud es recomendable tomar frente a un alumno que se droga?	130
3.5.5 La codependencia en la familia y en los amigos cercanos.	132

CAPITULO IV

IV. LA EDUCACIÓN FAMILIAR PARA LA PREVENCIÓN DEL USO INDEBIDO DE DROGAS. El faro, la brújula el timón y el ancla.

4.1. La prevención y sus grados.	140
4.2. Aspectos que deben considerarse en la acción preventiva del uso indebido de drogas.	148
4.3. Factores de protección para la prevención del uso indebido de drogas desde la familia.	152

CONCLUSIONES	173
---------------------	-----

ANEXOS

I. Test para la identificación de los trastornos por consumo de alcohol.	177
II. Cuestionario para revisar si se ha desarrollado una dependencia a la nicotina.	182
III. Test psicométrico de depresión de Hamilton.	184
IV. Cuestionario sobre codependencia.	189

FUENTES DE CONSULTA	194
----------------------------	-----

INTRODUCCIÓN

En la actualidad la familia se enfrenta a retos cada vez más difíciles, algunos de ellos son el creciente narcotráfico, el consumo indebido y la adicción a las drogas, que se ha convertido ya en un serio problema de salud y seguridad pública en México.

Este es un fenómeno dinámico y multifacético, ya que cada vez hay nuevas drogas y éstas son cada vez más fuertes y adictivas; los factores de riesgo y los motivos para iniciar el consumo son diversos, aunados a la disminución de la edad de inicio.

Por lo general, los padres y educadores desconocen cuáles son los factores de riesgo que facilitan las adicciones, no tienen los conocimientos para poder detectar cuando alguno de sus hijos o educandos han iniciado el consumo de drogas, no saben cómo apoyarlos para propiciar la recuperación y lo más importante es que muchas veces no saben qué hacer para prevenir el uso indebido de drogas y evitar por tanto la adicción.

El objetivo de nuestra tesis es analizar la influencia de la familia a través de la educación integral para la prevención temprana del uso indebido y adicción a las drogas en adolescentes.

Así pues, uno de los propósitos de nuestro trabajo es redescubrir la grandeza de la familia y la necesidad de reconocerla, fortalecerla y apoyarla como principal promotor de prevención del uso indebido de drogas. Es por ello, que el primer capítulo de esta obra está dedicado a ella; iniciamos reconociendo el contexto actual al que se enfrenta la

familia mexicana para conocer sus fortalezas y deficiencias y consecuentemente buscamos a través del análisis de diversas concepciones construir una que manifieste todas sus posibilidades.

Partiendo del amor y en constante referencia a él, una de las principales e insustituibles funciones de la familia es la educación integral de los hijos. Es por ello, que dedicamos parte de este primer capítulo a estudiar los estilos educativos paternos y exponemos las características de la familia educadora como resultado de un adecuado y sincero trabajo a favor de los hijos. Los padres son los primeros responsables de la prevención del uso indebido de drogas, sin embargo, esto no exime a la escuela, empresa, y sociedad en general de brindar todo el apoyo que la familia necesite para llevar a cabo su labor eficazmente. Así pues, la prevención es responsabilidad de todos.

El Educador Familiar tiene un papel primordial en cuanto a la prevención del uso indebido y la detección temprana del consumo de drogas. Para ello, se busca establecer criterios que posibiliten la cohesión y estabilidad de la familia, procurando el perfeccionamiento de cada uno de sus miembros, de las relaciones entre sí, que se vea además reflejado en una mejora de la sociedad.

Hemos afirmado que la edad de inicio en el consumo de drogas es cada vez más temprana, sin embargo, siguen siendo los adolescentes los más vulnerables al uso indebido de drogas y por tanto a las adicciones. Es por ello, que hemos dedicado el capítulo dos de nuestro trabajo para conocer mejor esta etapa evolutiva y comprender que factores o motivos hacen que ésta sea más vulnerable frente a este problema para poder ofrecer algunas pautas de acción para la prevención.

Para poder prevenir o combatir un problema es necesario conocerlo cuidadosamente, así pues, aunque sabemos que es un fenómeno que está en constante cambio, hemos dedicado el capítulo tres de esta obra a revisar muchos de los aspectos de esta problemática, por lo que ha sido necesario estudiar la situación de consumo de

drogas en nuestro país, los factores de riesgos personales, familiares y sociales, tipos de drogas y sus efectos, así como aspectos de apoyo a padres y educadores para que puedan detectar tempranamente el consumo de drogas y abordar el problema para propiciar la búsqueda de la recuperación lo antes posible.

La codependencia es una enfermedad que por lo general afecta a la familia y amigos cercanos de quien padece una adicción y que dificultan frecuentemente la objetividad y tratamiento del adicto, es por ello que hemos definido y enlistado algunas de las características de este padecimiento con el fin de que también pueda detectarse y buscarse el apoyo correspondiente.

La prevención es mejor que curar en todos los sentidos y la mejor forma de llevarla a cabo es a través de la educación.

Así pues, dedicamos el cuarto y último capítulo de nuestro trabajo a la prevención del uso indebido de drogas a través de la educación integral en la familia. En este apartado buscamos aspectos positivos que motiven a hacer cambios significativos dentro de la familia, que ayuden a fortalecer a cada uno de sus miembros y que faciliten mejores relaciones familiares para disminuir la posibilidad de vulnerabilidad al máximo.

Para la construcción de los factores de prevención en la familia, hemos revisado y reflexionado también en las raíces del uso indebido de drogas en los adolescentes y en diversos puntos que hay que considerar para una acción preventiva eficaz. Además, hemos aprovechado la supremacía actual de la imagen como estrategia para motivar la lectura y fijación de los mensajes; para ello, hemos elegido imágenes de caricatura buscando ponerle el ingrediente del buen humor a la educación.

Este trabajo no acota todas las posibilidades de acción en la prevención primaria y secundaria del uso indebido de drogas, pero estamos seguros de que el amable lector encontrará en estas páginas varias ideas que le podrán ayudar para conocer un poco más

sobre este tema, reflexionar e idear nuevas formas de protección, ya no sólo dentro de la familia sino también en cualquier otro ámbito.

CAPITULO I

I. LA FAMILIA: UN BARCO EN ALTAMAR

1.1 Contexto actual de la familia en México.

Es necesario conocer la situación actual de la familia en nuestro país para vislumbrar sus fortalezas y deficiencias; con el fin de prestar un servicio de mejora digno de la trascendencia que tiene su papel como primer responsable de la educación en cada uno de sus miembros y por ende en la sociedad. Este conocimiento nos permitirá actuar para responder a los nuevos retos a los que se enfrentan las familias hoy.

En las últimas décadas las familias han experimentado un conjunto de cambios como resultado de la conjunción de una serie de factores sociales, económicos, tecnológicos, políticos, religiosos, ideológicos, culturales y ambientales.

Uno de esos cambios y el más documentado es el paso de la familia tradicional con muchos miembros, a la nuclear contemporánea compuesta por padres y pocos hijos, motivada por la revolución industrial, dejando de ser la forma básica de producción y sufriendo una serie de transformaciones en otras de sus funciones.

Por otra parte, debemos de reconocer que hay una mayor conciencia de la libertad personal y una búsqueda de la igualdad entre los derechos del hombre y la mujer, pero muchas veces se llega a la confusión y conflicto de papeles.

En la actualidad se ha procurado la dignificación de la mujer y se promueve la necesidad de mejorar las relaciones interpersonales dentro y fuera de la familia. Para ello, se han implementado programas sociales contra “La violencia hacia la mujer” y “El día de la familia” cuyo objetivo es fortalecer las relaciones familiares a través de invitar a sus miembros a organizar una reunión semanal para incrementar su convivencia, entre otros.

Además, se ha hecho más conciencia sobre la importancia de la educación de los hijos, ya que los padres reconocen que hoy en día necesitan algo más que la intuición para educarlos y en respuesta a esta necesidad se hacen cada vez más útiles las llamadas “escuelas para padres”, en donde se presta un servicio de ayuda para la mejor consecución de sus objetivos educativos.

Sin embargo, muchas de las transformaciones no han sido siempre positivas. “Esto revela que la historia no es simplemente un progreso necesario hacia lo mejor”.¹ En repetidas ocasiones se atenta contra los valores fundamentales. En el III Congreso Mundial de Familias S.E Card. Alfonso López Trujillo afirmó que están en juego los valores fundamentales que soportan a la humanidad y que sólo a través de la familia, el hombre puede crecer como persona y adquirir su plena humanidad.²

Así pues, podemos palpar la degradación de la vida a través del aborto, en el constante hallazgo de personas violentadas y/o asesinadas en diversos puntos del país, el maltrato dentro y fuera de la familia y el aumento de niños y adultos mayores abandonados. Todo esto, son huellas que van dejando al descubierto una pobreza en el reconocimiento de la dignidad de la persona humana.

¹ Juan Pablo II, *Familiaris Consortio*, p. 15

² S.E Card. López Trujillo (2004) *Mensaje a los líderes del mundo*. III Congreso Mundial de Familias. Centro de Convenciones Banamex, Abril (ponencia).

En México un alto índice de las familias enfrenta problemas de pobreza motivada por el desempleo y/o los bajos salarios, que resultan insuficientes para cubrir sus necesidades básicas, lo que a su vez incrementa que alguno o varios de los miembros de la familia busquen emigrar a nuevos horizontes para intentar solventarlas. Esta situación no sólo pone en riesgo la estructura familiar sino también la vida de quienes buscan una oportunidad fuera de nuestro país.

Las familias se enfrentan también a un constante aumento de rupturas que se traducen en la separación o el divorcio de la pareja, afectando así la percepción de los hijos, al modificar y debilitar los conceptos sobre el matrimonio y la familia. “En la familia se adquieren los conocimientos y habilidades para aprender a vivir en matrimonio. El matrimonio es por tanto, un asunto multigeneracional”³. Además esta situación también tiene un fuerte impacto en la economía de las familias.

La familia se ve muchas veces atentada a través de las propias leyes, un claro ejemplo de esto es la legalización del aborto y de las uniones de parejas del mismo sexo que van en contra de la naturaleza humana. Estas leyes muchas veces son disfrazadas con el nombre “Ley de convivencia”. “Los derechos, las necesidades fundamentales, el bienestar y los valores de la familia, por más que se han ido salvaguardando progresivamente en muchos casos, con frecuencia son ignorados y no raras veces minados por leyes, instituciones y programas socioeconómicos”.⁴

La libertad está erróneamente concebida y a su vez va minando la actuación de los padres frente a su derecho y obligación de prestar un servicio a sus hijos a través del ejercicio de la autoridad, viéndose afectada la transmisión de los valores. “En la base de estos fenómenos negativos está muchas veces una corrupción de la idea y de la experiencia de la libertad, concebida no como la capacidad de realizar la verdad del

³ Dr. Horn Wade (2004) *Matrimonio, políticas públicas y desarrollo humano*. Congreso Mundial de Familias. Centro de Convenciones Banamex, Abril (ponencia).

⁴ Juan Pablo II, *op. cit.*, p.134

proyecto de Dios sobre el matrimonio y la familia, sino como una fuerza autónoma de autoafirmación, no raramente contra los demás, en orden al propio bienestar egoísta”.⁵

La familia se enfrenta a la constante y cada vez más penetrante influencia de los medios masivos de comunicación como la televisión, que sin afán de descalificarla totalmente, presentan una gran cantidad de programas y comerciales con contenidos que están muy lejos de promover los auténticos valores, promoviendo indiscriminadamente una serie de ideas que ponen al individualismo, el hedonismo, el consumismo, el liberalismo, el utilitarismo, entre otros; como prioridades humanas confundiendo y disminuyendo la capacidad de discernir con objetividad. “La televisión puede mentir y falsear la verdad, exactamente igual que cualquier otro instrumento de comunicación. La diferencia es que la <fuerza de la de la veracidad> inherente a la imagen hace la mentira más eficaz y, por lo tanto, más peligrosa.”⁶



Sabemos que esto no se limita a la televisión, hoy en día estamos bombardeados por anuncios y espectaculares a lo largo de nuestros trayectos, reafirmando en nuestro inconciente los mensajes subliminales. “No raras veces al hombre y a la mujer de hoy día, que están en búsqueda sincera y profunda de una respuesta a los problemas cotidianos y graves de su vida matrimonial y familiar, se les ofrecen perspectivas y propuestas seductoras, pero que en diversa medida comprometen la verdad y la dignidad de la

⁵ *Íbidem*, p. 15

⁶ Giovanni Sartori, *Homo videns*, p. 103

persona humana. Se trata de un ofrecimiento sostenido con frecuencia por una potente y capilar organización de los medios de comunicación social que ponen sutilmente en peligro la libertad y la capacidad de juzgar con objetividad.”⁷

Así también se ha dado una acelerada revolución tecnológica en donde las computadoras, el Internet, los videojuegos, etcétera; influyen en la familia actual. Ya desde los años 80, la sociología reconocía a este factor, como uno de los más importantes. “En nuestra sociedad – occidental, estamos viviendo en un cambio importante por efecto de la revolución tecnológica y del impacto de las comunicaciones”⁸ Ciertamente en México el acceso a la red no está generalizado, pero se esta haciendo cada vez más accesible su uso, incluso mucho de lo que se encuentra en ella es transmitida a través de la televisión. Estamos de acuerdo en que el problema no radica fundamentalmente en ese crecimiento tecnológico sino en la falta de una educación integral de la familia, que permita el adecuado manejo de la información, pues “Al perder la capacidad de abstracción perdemos también la capacidad de distinguir entre lo verdadero y lo falso.”⁹



Por otra parte es importante mencionar el incremento del uso, abuso y dependencia en el consumo de drogas legales e ilegales; el narcotráfico se ha extendido y el narco menudeo ha llegado a las puertas de las escuelas asechando sin

⁷ Juan Pablo II, *op. cit.*, p. 12

⁸ Carreño Gomariz Pablo A., *Fundamentos de sociología*, p. 154

⁹ Sartori Giovanni, *op. cit.*, p. 106

excepción a todo niño, adolescente, joven o adulto. Pero ahí no se limita su intromisión, pues personas que han iniciado el consumo de drogas han entrado ya en varios centros educativos valiéndose de trampas para enganchar nuevas víctimas. No obstante las drogas están al alcance también en muchas casas cuando alguno de los padres o hermanos ya han sido atrapados o simplemente en la extensa gama de artículos de limpieza o de medicamentos dentro del botiquín del baño y por supuesto en la calle, en muchos lugares insospechados.

Sin embargo, México aún es considerado por otros países como una de las naciones en donde aún prevalece la importancia de la familia. Además todavía gozamos en gran medida de dos aspectos fundamentales: **Amor y Fe**.

Es primordial resaltar estos puntos, ya que son fuertes herramientas para combatir aquellos aspectos que han venido a intentar destruir a la familia. “Solamente la educación en el amor enraizado en la fe puede conducir a adquirir la capacidad de interpretar los signos de los tiempos>...¹⁰ y hacer de la familia algo digno del hombre.

Como educadores familiares, hacer el reconocimiento de las problemáticas que enfrentan las familias y sus repercusiones en la sociedad, nos alerta e invita a reflexionar sobre la necesidad de educar y fortalecer a la familia como principal motor de solución. Para ello es imprescindible promover el matrimonio sano como piedra angular de la vida familiar y en donde los padres proporcionen a sus hijos el ambiente más adecuado para el desarrollo pleno de los mismos.

Los padres son los primeros y principales educadores de sus hijos y por tanto tienen el derecho y la obligación de ejercer su autoridad, pero para ello es fundamental que la reconozcan como un servicio de amor basados en un concepto de libertad de acuerdo a la dignidad de la persona humana, en una “idea y experiencia de la libertad,

¹⁰ Juan Pablo II, *op. cit.*, p. 16

concebida como la capacidad de realizar la verdad del proyecto de Dios sobre el matrimonio y la familia.”¹¹

1.2 Concepto de familia

¡El futuro de la humanidad se fragua en la familia!

Juan Pablo II.

¿Qué entendemos por familia?

El término familia tiene una diversidad de concepciones, unas más completas que otras, de acuerdo a las funciones que la sustentan. Unas son puramente fenomenológicas y otras esenciales. Retomaremos unas y otras para ofrecer una concepción que muestre toda la grandeza y posibilidades de la familia

- ❖ “En sentido estricto, el término familia hace referencia a una agrupación de personas que tienen algo de vida en común, debida a los lazos consanguíneos que los unen y/o a la convivencia cotidiana bajo el mismo techo”.¹²

En esta definición se habla de un grupo de personas que tiene en común lazos consanguíneos independientemente de que vivan o no bajo el mismo techo, pero a su vez se desprende que pueden no tenerse lazos consanguíneos y ser una familia al convivir en la misma casa. Aquí se reduce el concepto al carácter físico o estructural de la familia.

- ❖ “La familia es en esencia esa unidad de vida entre personas humanas, con algún lazo vital, donde cada una se manifiesta y se desarrolla como es, pero al mismo tiempo en íntima relación con los demás; se capta, se ama y se impulsa el valor

¹¹ *Ibidem*, p.15

¹² Chavarría Olarte Marcela, *Paternidad y trascendencia*, p. 59

único e irrepetible del ser personal de cada quien, a la vez que el valor original y común en todas aquellas”¹³

Se enfoca aquí, la convivencia humana que hace de varias personas una unidad, en función de determinados valores, costumbres, ideas, y sentimientos que se comparten. Es decir, se da una nota más espiritual, es llevado más allá de la convivencia meramente física. Se reconoce la dimensión personal y relacional del ser humano.

- ❖ “Kant definía a la familia como “la unión de dos personas de distinto sexo, con vistas a la posesión recíproca de sus facultades sexuales durante toda su vida”.¹⁴

En esta definición, estamos de acuerdo en que la familia debe ser formada por la unión de un hombre y una mujer, ya que es lo natural de acuerdo a la dignidad de la persona humana. Hace referencia a la exclusividad e indisolubilidad, sin embargo esta definición se acota, ya que sólo hace referencia a la estructura básica de la familia, y no a todas sus posibilidades esenciales. Habla de sus facultades sexuales como la procreación, pero no se habla del amor, la educación integral de los hijos, etcétera.

- ❖ “La familia es un compromiso para toda la vida entre un hombre y una mujer que alimentan, dan cobijo y cuidan a los hijos nacidos de su relación hasta que los pequeños alcanzan su madurez.”¹⁵

Aquí se habla de la unión entre hombre y mujer, resaltando la exclusividad, la indisolubilidad y el compromiso en la pareja, poniendo de manifiesto no sólo la procreación, sino también el cuidado y educación de los hijos, asumiendo al hablar de madurez, que ésta es la consecución de la plenitud de la persona humana para continuar con su proyecto de vida.

¹³ **Ibidem**, p. 69

¹⁴ **Apud**, Ibarra Ramos Ramón, **Empresa – Familia**, p. 62

¹⁵ Gisbert Carlos, **Asesor de Padres**, Programa de información familiar, p. 2

- ❖ “La familia, fundada y vivificada por el amor, es una comunidad de personas: del hombre y de la mujer esposos, de los padres y de los hijos, de los parientes. Su primer cometido es el vivir fielmente la realidad de la comunión con el empeño constante de desarrollar una auténtica comunidad de personas”.¹⁶

Juan Pablo II fue un activo defensor de la familia y en su definición no sólo hace referencia al fundamento que es el matrimonio, en donde se asume la exclusividad, la indisolubilidad y la fidelidad basada en el amor y el compromiso. Queda explícita la esencia de la familia exaltando la importancia del amor en el cumplimiento de sus funciones - “El principio interior, la fuerza permanente y la meta última de tal cometido es el amor: así como sin el amor la familia no es una comunidad de personas, así también sin el amor la familia no puede vivir, crecer y perfeccionarse como comunidad de personas”¹⁷ - además extiende la estructura familiar más allá de la familia nuclear. “la familia es el lugar donde se encuentran diferentes generaciones y donde se ayudan mutuamente a crecer en sabiduría humana y armonizar los derechos individuales con las demás exigencias de la vida social”¹⁸. Además se menciona la necesidad de desarrollar una auténtica comunidad de personas, dándole un mayor énfasis a esa dimensión espiritual de la familia, es decir, La familia tiene un cuerpo, pero lo que la hace ser una verdadera comunidad de personas es el alma.

- ❖ “La familia es una comunidad ética, de amor y solidaridad que ordinariamente se estructura dentro del esquema paterno-filial y que “el creador del mundo estableció (...) como origen y fundamento de la sociedad humana; la familia es por ello la célula primera y vital de la sociedad. Resulta “la organización más importante a lo largo de la historia, en todas las sociedades humanas”¹⁹

¹⁶ Juan Pablo II, *op. cit.*, p. 31

¹⁷ *idem*

¹⁸ *Ibidem*, p. 133

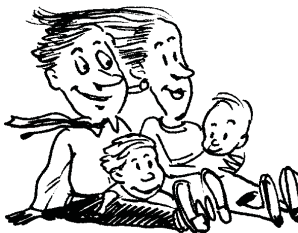
¹⁹ Ibarra Ramos Ramón, *op. cit.*, p. 65

En esta definición el Dr. Ibarra concluye que deben darse estas tres características (ética, amor y solidaridad) en la relación de la familia para que ésta tenga alma y no pura materialidad. De ahí que puedan constituirse verdaderas familias a pesar de no llegar a tener lazos consanguíneos o función reproductiva.

Uno de los cambios más documentados en la familia es cuando a raíz de la sociedad industrial se desarrolla la llamada familia nuclear o conyugal con pocos hijos, es decir, la unidad compuesta por el matrimonio (padres) y sus hijos, y con residencia independiente. Este tipo de familia es la más común actualmente en occidente. Sin olvidar que la familia no se reduce en muchos casos a dos generaciones, también hay una familia extensa que influye viva o no dentro del domicilio conyugal (bisabuelos, abuelos, tíos, primos, etcétera).

Sin embargo, también se ha dado actualmente la situación en que las familias se reducen a los padres con un solo hijo; podemos observar que los medios de comunicación social y algunas instituciones gubernamentales promueven este concepto a través de sus logotipos y en muchos de los comerciales, donde las familias se reducen a tres miembros (papá, mamá y un sólo hijo) y también se ha hecho cada vez más frecuente las familias monoparentales, es decir, padre o madre con los hijos. Esta situación indiscutiblemente repercute fuertemente en los hijos, ya que carecen de todas las posibilidades que da la integración familiar, a pesar de los esfuerzos de quienes están a cargo. Sabemos que estas situaciones existen y que no por negarlas o evitar verlas, desaparecerán de nuestra realidad.

Ante lo extenso del tema, en nuestro trabajo nos abocaremos a la familia nuclear:



De acuerdo con todo lo anterior, podríamos decir que la familia es: una comunidad natural de carácter físico y espiritual que se funda en el matrimonio-entre un hombre y una mujer- y cuyos lazos de amor, aceptación y ayuda incondicional persigue el cuidado y perfeccionamiento integral de cada uno de sus miembros (de la pareja y sus hijos). Siendo esta el primer ámbito educativo y la célula básica y vital de la sociedad.

Esta definición puede parecer idealista a los ojos de muchas personas, ya que no siempre se vive de acuerdo a ella, como lo hemos mencionado algunos párrafos arriba. Sin embargo, habría que afirmar que este modelo es el mejor y más necesario en cuanto a la dignidad de la persona humana y consecuentemente para la sociedad. A continuación procuraremos fundamentarla dividiéndola en tres partes.

- a)** La familia es una comunidad natural de carácter físico y espiritual que se funda en el matrimonio - entre un hombre y una mujer-

La familia es una comunidad natural. Nos parece más acertado ubicar a la familia como una comunidad que como una sociedad, ya que existe una diferencia cualitativa entre ellas, esta diferencia se da en cuanto a la calidad de la relación entre sus miembros. “La diferencia cualitativa entre ambas realidades estriba en la calidad del vínculo. Mientras en una sociedad se establece un vínculo funcional, orientado fundamentalmente a la satisfacción de necesidades, el vínculo que congrega a los miembros de una comunidad es de identidad. El objetivo de una comunidad no es satisfacer las necesidades y

expectativas de sus miembros, sino compartir y celebrar la existencia.”²⁰ Aquí nos parece adecuado aclarar que la familia como comunidad, sí busca satisfacer las necesidades de sus miembros y además comparte y celebra la existencia. En la familia se cubren las necesidades y cuidados básicos fisiológicos, además de que se satisfacen la necesidad de amor y seguridad que requiere todo ser humano.

Se puede afirmar que la familia “es una comunidad natural en el hombre, pues surge con cierta regularidad o recurrencia; que todo el mundo comprende y reconoce. Y en ese sentido parece que la familia es natural al hombre, porque le resulta espontánea, se busca como fin, ya que la permanencia de la humanidad exige o necesita que el hombre forme una familia y también porque responde a la naturaleza del hombre y de las cosas, así pues, tiene su fundamento en la realidad misma.”²¹

La familia es parte de la naturaleza humana, es parte de la naturaleza social del hombre y la mujer y mientras existan los seres humanos existirán las familias y viceversa. “La familia, sociedad natural, existe antes que el estado o cualquier otra comunidad...”²²

Encontramos a la familia desde el origen mismo del hombre a través de la historia en las diferentes sociedades adaptándose a los cambios y desarrollando una serie de funciones para afrontar las necesidades. “Por esta razón la familia es una realidad natural y universal”²³

Es de carácter físico o estructural porque supone compartir un espacio físico determinado, también el tamaño de la familia, homogeneidad – heterogeneidad de sus miembros, contexto sociocultural donde se desarrolla.²⁴ En donde desde un punto meramente biológico la familia se plantea como la unidad para la continuación de la

²⁰ Garza Cuellar Eduardo, *El reto de humanizar*, p. 180

²¹ Cfr. Ibarra Ramos Ramón, *op. cit.*, p. 58 (**En este texto la palabra hombre incluye el sexo masculino y femenino**).

²² Cfr. Juan pablo II, *op. cit.*, p. 133

²³ Cfr. Alvira Rafael, *El lugar al que se vuelve*, p. 42

²⁴ Cfr. Quintana José María, *Pedagogía Familiar*, p. 39

especie y donde se brinda protección física y atención a las necesidades biológicas básicas de la persona humana, que es un ser precario. La familia vista desde este punto de vista, hace referencia a su constitución en donde toma relevancia como y en donde está ubicado el espacio, si está en una comunidad rural o urbana; la cantidad de miembros que hay dentro de la familia y la edad cronológica de sus miembros, así como la diferencias de edad entre unos y otros; también hace referencia a la situación de que si los miembros que la componen son del mismo sexo o está formada por hombres y mujeres. Estamos de acuerdo, en que todos estos factores repercuten no sólo en los aspectos físicos sino también en las formas de relación entre sus miembros, es por ello que la familia no sólo tiene un carácter físico o estructural sino también un carácter espiritual. Valorado desde el punto de vista específicamente humano, es de carácter espiritual o dinámico y no solamente físico, ya que se requiere la convivencia entre personas humanas cuya nota distintiva o característica fundamental es la espiritual.²⁵

Aquí se habla de su dinámica, es decir, de la relación entre sus miembros estableciendo como necesarias una interacción directa, auténtica y profunda.²⁶ Ser persona también es ser con los demás, el hombre y la mujer necesita relacionarse con otros, pero el único lugar en donde la persona alcanza una relación completa es la familia, es ahí donde el ser humano es totalmente y por tanto el lugar ideal para hacerse cada vez mejor persona humana.

Así pues, la familia no sólo debe compartir un espacio físico y cosas materiales, se necesita una auténtica convivencia entre sus miembros para que esa casa sea un hogar y no simplemente un hotel al cual llegar a dormir o una jaula en donde no se reconocen las características específicamente humanas.

Cada miembro de la familia al ser aceptado absolutamente por amor, comparte su vida con el otro, se relaciona, se comunica y se perfeccionan mutuamente. “La casa -más

²⁵ Cfr. Chavarría Olarte Marcela, *¿Qué significa ser padres?*, p. 67

²⁶ Cfr. Quintana José María, *op. cit.*, p. 41

que por los materiales y los objetos que la configuran- está hecha del amor de los que en ella viven, y viven bien porque tienen con quien compartir su vida”²⁷



Cada familia al estar formada por personas humanas únicas e irrepetibles es en su esencia única e irrepetible también. Cada familia tiene una huella propia, un sello particular que imprime a cada uno de sus miembros.

“La familia está fundada sobre el matrimonio, esa unión íntima de vida, complemento entre un hombre y una mujer, que esta constituida por el vínculo indisoluble del matrimonio, libremente contraído, públicamente afirmado, y que está abierta a la transmisión de la vida”.²⁸

Podemos observar a nuestro alrededor que la familia, el sexo y el matrimonio no siempre van de la mano, son realidades distintas que muchas veces se dan por separado.²⁹ Sin embargo, como educadores familiares es necesario entrar en el terreno del deber ser, pues es a través de éste en donde se plantean los modelos que resultan más adecuados de acuerdo a la dignidad de la persona humana, no con el fin de someter, sino de ayudar a que se conozcan para que se apetezcan y se tienda en la medida de lo posible a acercarse a ellos. Pues recordemos que como decía Aristóteles “nadie ama lo

²⁷ Cruz Cruz Juan, *Metafísica de la familia*, p. 15.

²⁸ Juan Pablo II, *op. cit.*, p. 133

²⁹ Cfr. Cruz Cruz Juan, *op. cit.*, p. 17

que no conoce” la relación de estas tres permite un ambiente más estable y armonioso para el enriquecimiento personal, familiar y social.

Pese a la situación actual -en donde un gran número de seres humanos en diversas sociedades incluyendo la nuestra, experimentan un fuerte miedo al compromiso, lo que ha llevado a que se plantee la unión libre y las sociedades de convivencia entre homosexuales como estandarte de “libertad”- es necesario insistir en la importancia de la unión de un hombre y una mujer a través del matrimonio, pero no del matrimonio como es concebido por muchas personas en estas últimas décadas, “nos casamos y si no funciona nos divorciamos”, “estaremos juntos hasta que el aburrimiento, los problemas o hasta que otra u otro nos separen”. “Nos vamos a casar, pero cada quien su vida y sus cosas”.

“La familia matrimonial es imprescindible en toda sociedad que quiere alcanzar un alto grado de humanización. En ella se enlazan de manera relevante el sentido del sexo y la procreación, del amor entre personas, de la propiedad legítima y de la educación”³⁰.

Es necesario entonces un auténtico compromiso mutuo de quienes pretenden formar un matrimonio, el respeto profundo, tolerancia y ante todo amor que les motive a perfeccionarse y ayudar a que el otro alcance su plenitud también.

“En general, sin el apoyo en las familias – sean matrimoniales o no - ni la persona ni la sociedad en general pueden humanizarse. En este sentido, se puede decir que el sexo es una determinación humana básica, el matrimonio una institución del amor verdadero y exclusivo entre hombre y mujer, y la familia el constitutivo y constituyente esencial de toda sociedad humana. No hay sociedad que no se constituya sobre ella, y toda persona tiene alguna referencia de ella”³¹

³⁰ **Idem**

³¹ **Idem**

- b) Y cuyos lazos de amor, aceptación y ayuda incondicional persigue el cuidado y perfeccionamiento integral de sus miembros siendo ésta el primer ámbito educativo y...

El amor y sus expresiones como la aceptación y la ayuda incondicional son parte del mismo carácter espiritual de la familia que lleva al ámbito educativo en donde se tiende a buscar como meta la mejora de cada uno de sus miembros con el fin de que éstos vivan de acuerdo a su dignidad y alcancen su plenitud.

El Concilio Vaticano II nos recuerda lo siguiente “Puesto que los padres han dado la vida a sus hijos, tienen la gravísima obligación de educar a la prole, y por tanto hay que reconocerlos como los primeros y principales educadores de sus hijos. Este deber de la educación familiar es de tanta trascendencia que cuando falta, difícilmente puede suplirse. Así pues, es deber de los padres crear un ambiente de familia animado por el amor, por la piedad hacia Dios y hacia los hombres, que favorezca la educación integra personal y social de los hijos.”³²

El **amor** es el cimiento de toda familia, pues es a través de éste en que se une y se fundamenta la familia. “El factor cualitativo, unificador y fundamental de la familia es el amor”³³

La familia es el ámbito en donde la persona humana establece sus primeros contactos físicos, afectivos, culturales, religiosos, sociales, etcétera; y de la cual depende hasta su emancipación.

Es en la familia donde la persona humana nace y recibe todos los cuidados básicos para su supervivencia, recibe protección, alimentación, etcétera.

³² Juan Pablo II, **op. cit.**, p. 57

³³ **Apud**, Ibarra Ramos Ramón, **op. cit.**, p. 65

El niño recibe dentro de la familia el amor expresado de forma verbal y no verbal, siendo aceptado por el simple hecho de ser quien es. “La familia es de modo natural el único ámbito en el que el ser humano es captado plenamente en su valor personal y por lo tanto aceptado y tratado como el ser único e irrepetible que es”³⁴ Por ello, es “el hábitat personal primario para nacer, crecer y morir precisamente como personas”³⁵.

La familia responde o debe responder a la dignidad de la persona humana, debe estar a la altura de quienes forman parte de ella. Si no hay familia no hay personas auténticamente humanas y sin ellas tampoco puede haber una auténtica sociedad humana, sino puros individuos. “El hombre es persona y sólo en su dimensión personal encuentra su identidad y su dignidad. La familia no es meramente reproductiva, al hablar de la familia como la célula natural se refiere a generar personas y no números, por lo tanto no vale cualquier estructura reproductiva. Es en este sentido cuando se habla de célula natural. Porque el hábitat natural para que cada irrepetible hombre sea concebido como corresponde a su dignidad de persona, sea gestado, arropado y educado con amor, y sea acompañado hasta una muerte también personal y digna de su condición, este hábitat natural es –sin más- la familia.”³⁶

Es en la familia donde la persona aprende y vive los valores y las virtudes que dejarán una impronta en su personalidad, dándole además un sentido de pertenencia a través de la transmisión de la cultura en los años en que los hijos viven con sus padres; aprenden pero también se busca que se interioricen todas aquellas pautas de comportamiento que requerirá al momento de formar su propia familia.

Además, es en la familia donde se acerca al niño a la fe. No solamente en la fe humana, sino en la imprescindible fe sobrenatural. La primera implica creer en alguien, en este caso en primer lugar los padres y después en otros seres cercanos y queridos como los abuelos, etcétera, que van tejiendo con amor y su ejemplo vivo, una serie de

³⁴ Chavarría Olarte Marcela, *¿Qué significa ser padres?*, p. 69

³⁵ Viladrich Pedro Juan, *La agonía del matrimonio legal*, p. 195

³⁶ *Idem*

experiencias que acercan a la fe sobrenatural a las nuevas generaciones. Sin embargo, en la actualidad podemos encontrar muchas familias que aseguran que hay que esperar a que los hijos cumplan la mayoría de edad para que ellos elijan su religión. Tal cosa es una aberración, pues los padres ante el derecho y obligación de educar tienen que hacerlo de forma integral, sino está reduciendo a su hijo. Los padres deben buscar según su criterio lo mejor para sus hijos. Así como eligen una escuela desde que son pequeños, así mismo deberán cuidar la formación en la fe. “La familia es el útero espiritual de la persona”.³⁷ La tarea de los padres con respecto a la educación a nivel sobrenatural de los hijos “consiste básicamente en ayudarlos a obtener claridad en las ideas en materia de fe, conociendo las verdades de ella como base para despertarla; y en desarrollar virtudes humanas y actitudes de piedad, que se arraiguen en los hijos con el concurso de su libertad y de un amor sincero a Dios.”³⁸

Así pues, observamos y constatamos que la familia es el primer ámbito educativo y este como tal es insustituible, ya que es en ella, en donde se da una relación interpersonal íntima, en la que de forma natural se da la expresión y la formación de sus miembros como seres únicos e irrepetibles que son, y que a la vez son preparados para abrirse a los demás.

c) y la célula básica y vital de la sociedad.

La familia es la célula fundamental de la sociedad, el primer agente socializador, basada en la naturaleza humana. Al hablar de la familia como célula, se hace referencia a que ésta es un ser vivo que se entreteje con otros y que en conjunto forman a la sociedad. Así pues, también podemos afirmar que le es vital a la sociedad. “Sin familia no hay sociedad posible, pues la familia es la forma pura o esencial de la sociedad”³⁹

³⁷ S.E Card. López Trujillo (2004) *Mensaje a los líderes del mundo*. III Congreso Mundial de Familias. Centro de Convenciones Banamex, Abril (ponencia).

³⁸ Chavarría Olarte Marcela, *¿Qué significa ser padres?*, p. 64

³⁹ Cfr. Alvira Rafael, *op. cit.*, p. 43

La familia es el ámbito en donde la persona aprende a convivir, a través de enseñarle a respetar las normas sociales y fomentando actitudes positivas para el bien común. “Las relaciones entre los miembros de la comunidad familiar están inspiradas y guiadas por la ley de la “gratitud” que, respetando y favoreciendo en todos y cada uno la dignidad personal como único título de valor, se hace acogida cordial, encuentro y diálogo, disponibilidad desinteresada, servicio generoso y solidaridad profunda.”⁴⁰

1.3 Características de la familia educadora

La familia a través de la historia ha desarrollado diferentes funciones, sin embargo algunas de ellas han sido substituidas por otras instituciones sociales y otras han permanecido como funciones naturales o primarias de la familia, por ser el lugar idóneo para que se lleven a cabo y porque afortunadamente no hay quien pueda hacerlas mejor que ella, es decir, es para que se realicen efectivamente: insustituible.

Partiendo del amor y en constante referencia a él, el reciente Sínodo ha puesto de relieve cuatro cometidos generales de la familia, en los cuáles nos parece que se engloban implícitamente todas las funciones que le son propias e intransferibles⁴¹

1. La formación de una comunidad de personas;
2. servicio a la vida;
3. participación en el desarrollo de la sociedad;
4. participación en la vida y misión de la iglesia.

En esos cometidos la familia encuentra sus más nobles quehaceres, los que se derivan del amor y la unión de sus miembros abiertos no sólo a la procreación sino también al acompañamiento y educación integral de los hijos y de la pareja misma.

⁴⁰ Juan Pablo II, *op. cit.*, p. 66

⁴¹ *Ibidem*, p. 30

“El sociólogo R. M. MacIver ha señalado que, a medida que la familia ha ido perdiendo funciones, ha ido encontrando la suya propia, liberándose del farrago de las demás. Y una de las funciones esenciales de la familia es la *educación*: si no ya - como antes - la educación intelectual y la formación profesional, sí que le quedan como propias e inalienables las formas más delicadas y comprometidas de la educación: la educación religiosa, la educación de los sentimientos, la educación sexual, la educación de los hábitos. En particular, siguen pesando sobre la familia (sépalolo o no), y de un modo inevitable, las cuestiones más problemáticas y más trascendentales de la educación, como son la transmisión de valores, la formación de actitudes cívicas y políticas, los ideales de vida y la orientación profesional. En esos sentidos la familia actúa marcadamente, como punto de referencia ya positivo, ya negativo.”⁴²

Esas funciones o cometidos a las que la familia ha de responder están empapadas por los caracteres de la educación familiar:⁴³

- *Fundamental*. La familia es el primer campo educativo no sólo en tiempo sino también en importancia. El ambiente familiar y su educación marcan a cada uno de sus miembros con una impronta (estructura mental y maduración afectiva) influyendo con gran fuerza en los procesos de su constitución personal (persona génesis) y de su adaptación a la sociedad (socialización).
- *Informal, global*. La educación que se da dentro de la familia por lo general no está basada en estudios previos de los padres al respecto.

Sin embargo habrá que reconocer que hoy en día los padres tienen mayor conciencia de su necesidad de buscar apoyo que les permita afrontar mejor su tarea educativa, pues la intuición y el sentido común con lo que los padres

⁴² Quintana José María, **op. cit.**, p. 21

⁴³ **Cfr. ibidem**, p. 19

educaban años atrás ya no es suficiente en la actualidad. Aquí se nos abre la puerta a los profesionales de la educación familiar para prestar un servicio de ayuda.

- *Es perentoria e inevitable.* Es la familia el lugar por excelencia para realizar algunas funciones que le son más naturales, por tanto, es necesaria e insustituible.
- *Es soberana.* Los padres tienen la libertad de decidir cómo educar a sus hijos. Sin embargo, se hace una reflexión que nos parece adecuado mencionar “el ejercicio de la autoridad paterna bien entendida (derecho de educar no ha de verse como una posibilidad arbitraria de libre determinación, sino subordinada a lo requerido por el bien del hijo...En este sentido, los padres no pueden educar como quieren, sino como deben; en realidad los padres no tienen libertad de educar, sino sólo la obligación de educar bien y, por consiguiente, de decidir, en cada caso, lo que eso significa”⁴⁴
- *Permanente.* Ese proceso educativo debe iniciarse desde el nacimiento hasta el último día de vida. Todos podemos seguir perfeccionándonos. “El ser humano no es un ser terminado ni está definitivamente determinado cuando nace; continua haciéndose durante toda la vida, y en este sentido, continúa formándose, aprendiendo, desarrollándose, hasta su muerte”.⁴⁵
- *Sociológicamente condicionada.* Toda la educación, siempre, depende de lo que es la sociedad; pero la educación familiar más todavía, ya que la institución que la da - la familia- es un reflejo de esa sociedad.
- *Tiene un carácter moral.* La educación familiar no es superficial: toca el fondo de la persona, no sólo en sus aspectos psicológicos, sino también humanos. En

⁴⁴ *ibidem*, p. 28

⁴⁵ Quintanilla Madero Beatriz, **Personalidad Madura**, p.48

particular, por ella el individuo accede a las normas básicas del comportamiento, que le permitirán no sólo adaptarse a la vida en común, sino también acceder a los máximos niveles de la dignidad humana.

- *Exige realismo y sentido común.* Los padres deben ser muy objetivos y cuidadosos ante la elección del cómo educar a sus hijos. Es necesario revisar a través del sentido común las posturas que por la misma influencia social por la que está condicionada se les presenta como las más adecuadas.
- *Tiene ámbitos propios.* La familia es un grupo de intimidad donde las relaciones entre sus miembros son cara a cara, son personales. Y al mismo tiempo es un grupo completo que considera al ser humano en todos sus aspectos (biológico, psicológica, social, etcétera).

Los padres que asumen su responsabilidad como educadores deberán buscar sacar la mejor versión de sí mismos y la de sus hijos. La principal motivación para llevar a cabo su acción educativa como ya lo hemos mencionado es el amor. “No puede olvidarse que el elemento más radical, que determina el deber educativo de los padres, es el amor paterno y materno que encuentra en la acción educativa su realización, al hacer pleno y perfecto el servicio a la vida”.⁴⁶

Al tener los padres soberanía para elegir cómo educar, deberán reflexionar a fondo sobre los objetivos que persiguen y evaluar si lo que consideran mejor para sus hijos, lo es en realidad. Recordemos que lo que se haga en el ambiente familiar marcará con fuerza su personalidad y sus futuras relaciones.

Existen diversos estilos paternos, unos más educativos que otros. No pretendemos someter a juicio la buena intención de los padres, y mucho menos su amor por sus hijos. Recordemos que nadie da lo que no tiene, pues a veces la limitante principal es la

⁴⁶ Juan Pablo II, *op. cit.*, p. 57

ignorancia. Es a través de la inteligencia como conocemos la verdad y por medio de la voluntad como nos dirigimos a ella. Pero también habremos de reconocer que romper muchas veces con los antiguos patrones de conducta no es cosa fácil a pesar del conocimiento y la voluntad. Se requiere de esfuerzo y constancia. Es aquí fundamental el papel del educador familiar, porque este es el medio o el puente para acercar a los padres y a sus hijos a mejores formas de relacionarse entre sí, a través del análisis y de la aceptación humilde de que “lo humano no escapa a lo humano”⁴⁷, es decir, como seres humanos nos equivocarnos, somos imperfectos, pero podemos estar en la búsqueda permanente de perfección.

Mucho se habla del autoritarismo, permisivismo, abandono y sobreprotección. Por lo general podemos observar que en muchas familias se va de un extremo a otro. Hemos escuchado decir que hay que encontrar el justo medio entre ellas y ese sólo se alcanza según Rosa Barocio con la “educación consciente”⁴⁸. Habremos de aclarar que para que haya educación debe haber en sí, consciencia, e intencionalidad, es por ello, que nosotros evitaremos el uso del término que utiliza esta autora al hablar de un estilo educativo en equilibrio, recordemos que educa lo que perfecciona al hombre, lo que parte del respeto a su dignidad como persona humana. Tener conciencia implica reflexionar, estar atentos para no caer ni en un polo ni en el otro⁴⁹ y la intencionalidad a plantearnos los objetivos educativos.

Para que las pautas educativas tengan validez deberán responder a unos requerimientos que las avalen.⁵⁰

1. Deben ser la praxis de unos criterios educativos que las justifiquen.

⁴⁷ Dr. García Aguirre, José Luis (Psiquiatra).

⁴⁸ Barocio Rosa, **Disciplina con amor**, p. 95

⁴⁹ Cfr. **Ibidem**, p. 96

⁵⁰ Quintana José María, **op. cit.**, p. 85

2. Deben ser fundamentales a fin de que no estén sometidas a modas o puedan ser caducas, ya que, debiendo garantizar la madurez del niño, han de ser permanentes y universales, al menos en nuestro ámbito cultural, no variando, pues, con el tiempo.
3. Deben ser aplicables a cualquier individuo, no importa la edad, sexo y situación familiar o social, siendo un instrumento para el equilibrio entre personas al estar, todos, sometidos a ellas.
4. Tienen como objetivo la estabilidad emocional de los individuos, la comprensión de la realidad y la adaptación de todos a unas situaciones en las que el individuo, menos egocéntrico, podrá adaptarse con seguridad.

A la luz de estos cuatro requerimientos podemos afirmar que el autoritarismo, la sobreprotección, la permisividad y el abandono carecen de validez. Ya que en definitiva, ninguno de éstos desarrolla estabilidad emocional, los criterios educativos en los que se asientan no van de acuerdo a la dignidad de la persona humana, no garantizan la madurez de quien las recibe y no existe un equilibrio entre los miembros de la familia. Más adelante hablaremos con más detalle de las consecuencias de estos errores como ejercicios de una autoridad mal entendida.

Existen varios diseños sobre “Estilos Educativos Paternos”, pero para comprenderlos mejor, empezaremos por definir que son:

“Los estilos educativos paternos pueden definirse como esquemas prácticos que reducen las múltiples y minuciosas pautas educativas paternas a unas pocas dimensiones básicas, que, cruzadas entre sí en diferentes combinaciones, dan lugar a diversos tipos habituales de educación familiar”⁵¹

⁵¹ *Ibidem*, p. 48

Hay muchos estudiosos del tema, cuyas propuestas nos dan una visión amplia de la forma en que los padres ejercen su función educativa:

- ❖ Propuesta de “Estilos educativos paternos de Eleanor E. Maccoby y John A. Martin. Se trata de un modelo basado en la reelaboración de un diseño anterior, propuesto por Diana Baumrind (1971).⁵²

Las dimensiones básicas que había propuesto D.Baumrind son dos: “Exigencia paterna” y “Disponibilidad paterna a la respuesta”

En el diseño de Maccoby/Martin estas dos dimensiones, además de ser reinterpretadas, son cruzadas ortogonalmente dando lugar a cuatro estilos educativos:

CUADRO I

Cuatro estilos educativos según Maccoby / Martin

	Responsiveness (reciprocidad, implic. Afect., etc.)		Unresponsiveness (no reciprocidad, no implic. Afect., etc.)
Demandingness (control fuerte)	1) AUTORITATIVO RECIPROCO.	–	2) AUTORITARIO REPRESIVO.
Undemandingness (Control laxo)	3) PERMISIVO INDULGENTE.	–	4) PERMISIVO NEGLIGENTE.

Cuadro tomado de Quintana José María., **Pedagogía Familiar.**, p. 49

Aclaraciones previas sobre los cuatro estilos educativos⁵³

- a) En la interpretación de Maccoby / Martin la disponibilidad paterna significa tendencia habitual paterna a responder a las señales de necesidades detectadas en los hijos e

⁵² **Ibidem**, p. 49

⁵³ **Idem**

incluye también accesibilidad e implicación afectiva paternas, reciprocidad y comunicación abierta padres – hijos. Está presente en el estilo autoritativo –recíproco y en el permisivo –indulgente. Su polo opuesto <<no disposición paterna a la respuesta>> significa características contrarias y daría lugar a una <<educación centrada en los padres>> Está presente, aunque con distintas connotaciones afectivas, en el estilo autoritario – represivo y en el permisivo – negligente.

- b) La dimensión básica <<exigencia paterna>> significa rigor en el control paterno. Está presente en el estilo autoritativo-recíproco y en el estilo autoritario-represivo y adquiere en el primer estilo la modalidad de <<firmeza>> y, en el segundo, la de <<rigidez>>. El polo opuesto <<no exigencia paterna>> significa control laxo paterno. Se encuentra, aunque con diferentes connotaciones, en el estilo permisivo <<indulgente>> y en el <<negligente>>.
- c) Cada par de dimensiones, exigencia paterna – no exigencia paterna y disposición a la respuesta- no disposición a la respuesta, están formuladas en forma de un <<continuo>> entre dos polos. Lo cual indica que los estilos educativos paternos constituyen <<tipos puros>> weberianos a los que los padres se acercan más o menos, según los casos. No ha de extrañar, por tanto, que la descripción de cada uno de los estilos que ofrezco a continuación acumulen aspectos positivos o negativos de tal manera que, aunque deducidos de la observación de la realidad empírica, difícilmente se encuentran <<todos>> y en su forma pura en una familia concreta. Son guía para la investigación y, a la vez, una especie de espejo práctico en que los padres pueden verse aproximadamente reflejados en uno u otro estilo, como estímulo para la reflexión.

CUADRO II

Características de los estilos educativos según Maccoby-Martin.

Estilo autoritativo recíproco	Estilo autoritario represivo	Estilo permisivo indulgente	Estilo permisivo negligente*
Control firme, consistente y razonado.	Control fuerte, rígido, minucioso. Poco margen al ejercicio constructivo de libertad personal.	Polo opuesto al autoritario represivo en cuanto formas de control. No se acentúa autoridad, no son directivos, ni asertivos de poder. A pesar de control laxo hay implicación y compromiso paternos.	Permisivos prácticos o por comodidad. Dimisionismo educativo.
Claridad en el principio de reciprocidad. Aceptación mutua derechos y deberes. Comunicación frecuente, bidireccional y abierta	Falta de reciprocidad y de diálogo. Comunicación unidireccional y cerrada.	Hay comunicación	No hay comunicación
Relaciones padres e hijos asimétricas al principio.	Distanciamiento de los hijos. Difícil instaurar comunicación abierta. Más difícil acompañamiento en adolescencia y juventud.	Acceden fácilmente a deseos de los hijos. Se tolera expresión de impulsos incluso de ira y agresividad oral.	Si sus medios lo permiten, los padres tranquilizan su conciencia con mimos materiales.
Ejercicio	Acentuación	No	Reducen la

* Este estilo educativo no estaba contemplado en el diseño de Diana Baumrind, Maccoby y Martin lo proponen al observar que la permisividad paterna presentaba dos formas muy diferentes según su fundamentación racional y según esté acompañada o no de implicación afectiva.

consciente y responsable de autoridad y liderazgo.	exagerada de la autoridad paterna. No permite cuestionarla. Más castigos (hasta físicos) que alabanzas. Ni castigos ni mandatos razonados. Generalmente. .	establecimiento de normas estrictas y minuciosas ni en la distribución de tareas ni horarios dentro del hogar. Menor uso de castigos. La permisividad se apoya en la interpretación del principio de la tolerancia o de la no represión. (permisivos - ideológicos)	responsabilidad paterna al mínimo. Dejan que los hijos hagan lo que quieran, con tal de que no les compliquen la existencia.
Hijos no sienten rigidez en control paterno y siguen normas paternas voluntariamente	Normas = edictos .	No hay normas estrictas.	No hay normas mínimas.
Centrado en los hijos.	Centrada en los padres. Exclusión puntos de vista hijos.	Centrado en los hijos.	Educación centrada en los padres.
Implicación afectiva expresada en la disposición y prontitud de respuesta a necesidades de los hijos. Y mantener calor afectivo.	No disposición a la respuesta. Los padres definen las necesidades sin intervención de los hijos. Grado de implicación es intenso, pero percibida por los hijos como intrusismo.	Les preocupa la formación de sus hijos. Atienden y responden a necesidades.	No implicación afectiva en los asuntos de los hijos. Al no encontrar apoyo afectivo en padres lo busca en iguales generalmente caracterizado por su subcultura antiescuela, por alejamiento del hogar y búsqueda de diversiones evasivas.
Los resultados educativos son	Efectos socializadores	Efectos socializadores	Presenta los peores efectos

positivos. Efectos socializadores positivos y altos. Autoestima, auto confianza, etcétera. Promueve autonomía y madurez psíquica.	menos positivos. Baja autoestima, auto confianza, creatividad, competencia y popularidad social. Al principio. Parece funcionar pero corre riesgo de ser a corto plazo y quebrarse en adolescencia. Baja autoestima.	son en parte positivos y en parte negativos. Elevada autoestima, auto confianza, soporte paterno en la entrada a la adolescencia. Control Laxo: falta de autodominio, autocontrol, logros escolares. Riesgos graves de desviaciones de conducta es mayor que autoritativo y autoritario.	socializadores. Auto concepto negativo, carencias graves en auto confianza y autor responsabilidad, bajos logros escolares, escaso autodominio y sentido del esfuerzo personal y trastornos psicológicos y desviaciones graves de conducta.
---	--	--	---

Cuadro Elaborado por Lic. Mariella García Samayoa basado en los estilos educativos de Maccoby-Martin.

- ❖ Rosa Barocio hace una propuesta de estilos educativos paternos que consiste en buscar el equilibrio entre lo positivo del autoritarismo y de la permisividad, llamando al resultado de esta combinación “Educación consciente”. Sin embargo, en vez del término “educación consciente”, nosotros le llamaremos educación integral, pues para que haya educación en sí debe haber consciencia; al ser integral atiende todas las dimensiones de la persona humana. El autoritarismo y la permisividad sea negligente o indulgente acotan el concepto de persona humana, por lo que no educan integralmente.

Esta idea nos parece sencilla pero muy concreta. “Esta propuesta educativa es el resultado de la sinergia de lo positivo de ambos extremos o polos. Sinergia significa que el resultado de la combinación de varios elementos es mayor y distinto a la suma de las partes.”⁵⁵

⁵⁵ Barocio Rosa, *Disciplina con amor*, p. 97

Polo: Autoritarismo

Polo: Permisivo indulgente[♣]



Equilibrio:

Educación integral

Esquema de equilibrio que da lugar a la "Educación Integral",
Cfr. Barocio Rosa, *Disciplina con Amor*, p. 97

CUADRO III

Educación integral⁵⁶



Educación autoritaria

**Educación
Permisiva -Indulgente**

Educación autoritaria	Educación integral	Educación permisiva-indulgente
<i>♣Padre autócrata</i>	<i>El padre con autoridad</i>	<i>Padre indulgente</i>
Actitud frente al hijo		
• Controlador	• Respetuoso	• Complaciente
• Represivo	• Toma su responsabilidad	• Delega su responsabilidad al hijo
• Arbitrario en la toma de decisiones.	• Toma de decisiones respetando al hijo.	• No toma decisiones
• Exige respeto	• Hay respeto	• Respeta al niño pero no es

[♣] El estilo de permisividad de Barocio, es más cercano al estilo paterno permisivo-indulgente que proponen Maccoby-Martin. Aquí hay más posibilidades de tomar aspectos positivos para encontrar el equilibrio deseado, ya que el estilo permisivo negligente no ofrece ninguna posibilidad positiva, pues simplemente no le interesa educar, es totalmente egoísta.

⁵⁶ Cfr. Barocio Rosa, *Disciplina con Amor*, p. 101

[♣] Rosa Barocio en este cuadro llama al padre autoritario "militar" y al padre permisivo "malvavisco", nosotros le llamaremos al primero padre autócrata y al segundo padre indulgente, por responder mejor a nuestra formación educativa.

pero no respeta al niño	mutuo	respetado como padre.
• Firme pero irrespetuoso	• Firme y respetuoso	• Respetuoso pero sin firmeza
• Reprime las emociones del hijo	• Permite que el hijo exprese sus emociones pero ofrece guía	• Deja que el hijo exprese sus emociones pero no ofrece guía.
Para disciplinar		
♦ Asume su autoridad pero como poder. • Critica y culpa	• Asume su autoridad como servicio de amor al hijo.	• Ignora, permite o cede en todo. No asume su autoridad. Aunque a veces se de algún limite según el humor del padre.
• Humilla y compara	• Pone limites de manera respetuosa	• Ruega, suplica, convence
• Recompensa	• Aplica consecuencias	• soborna
• Castiga	• Ayuda a encontrar soluciones	• Recompensa
• Grita y amenaza, da nalgadas, golpea.	• Pone el ejemplo	• Manipula, sobreprotege.

Cuadro referente a la tendencia de los padres frente a la educación de sus hijos. **cfr.** Barocio Rosa, *Disciplina con Amor*, p. 101

CUADRO IV

Educación autoritaria	Educación integral	Educación permisiva indulgente
<i>El hijo oprimido</i>	<i>El hijo respetuoso</i>	<i>El hijo demandante</i>

♦ En cuanto a la autoridad hemos incluido al cuadro original que el padre autócrata asume su autoridad como un poder; el padre con auténtica autoridad la suma como un servicio de amor al hijo, mientras que el permisivo negligente no asume su autoridad, es inconstante.

Actitudes y creencias		
Yo no cuento	Yo cuento pero los demás también	Sólo yo cuento
Reprime sus emociones o las expresa inadecuadamente.	Aprende a expresar sus emociones sin lastimar a otros	Expresa sus emociones sin importarle si lastima.
Obedece ciegamente, complaciente, sumiso y miedoso	Sabe comunicar sus necesidades	Exigente, egoísta y caprichoso.
Rebelde y competitivo	Desarrolla disciplina interna y voluntad.	No tiene autocontrol, atención, ni voluntad
Responsable cuando es vigilado	Responsable, participa y coopera.	Irresponsable, dependiente y flojo.
Consecuencias para el hijo		
No se siente aceptado ni valorado	Se siente aceptado, valorado y querido	Se siente abandonado
Se siente humillado, impotente, asustado, frustrado, enojado, resentido, culpable.	Se siente seguro y feliz, tiene auto confianza y autoestima	Se siente inseguro, desprotegido, confundido, insatisfecho, inadecuado
De adolescente		
Si es sumiso sacrifican su individualidad	Hay comunicación abierta	Es grosero, irrespetuoso, exigente, rebelde y dependiente.
Si se rebela puede caer en el alcohol o drogas y/o se aleja.	- Hay amor y respeto entre padres e hijos. - Es un periodo de crecimiento mutuo.	Puede fácilmente caer en el alcohol, drogas y promiscuidad, pues no hay límites.

El ambiente en casa		
• Ordenado pero tenso	• Ordenado pero relajado	• Desordenado y caótico
• Rutinas rígidas	• Rutinas flexibles	• No hay rutinas.

Cuadro referente a las actitudes de los hijos y las consecuencias de una u otra forma educativa **Cfr.** Barocio Rosa, *Disciplina con Amor*, p. 102

Siguiendo los requerimientos que deben tener las pautas educativas para ser válidas, podemos afirmar que responde a todas ellas.⁵⁷ La “Educación integral” es aplicable a cualquier persona sin importar su edad, sexo, situación familiar o social, etcétera. Busca la estabilidad emocional y el equilibrio entre las personas, no está sujeta a modas, es permanente; y está basada sobre unos criterios educativos que la justifican. A nuestro criterio esta fundamentada en un concepto de educación basada en la dignidad de la persona humana.

El abandono y la sobreprotección son actitudes equivocadas que tienen diversas causas y consecuencias. La “Educación integral” tiene expectativas abiertas hacia los hijos, “éstas son resultado del reconocimiento de su valor, del respeto hacia su individualidad y del amor que sentimos por ellos.”⁵⁸ Los padres con expectativas abiertas buscan la auténtica realización de sus hijos como personas humanas, por lo que en todo momento deberán ayudarles con amor a crecer en libertad para alcanzar su plenitud.

Al hablar del estilo autoritativo - recíproco que proponen Maccoby – Martin nos ofrece también una idea muy clara de lo que sería un ideal educativo a seguir.

Los padres y maestros en la actualidad requieren de modelos muy claros, que les permita reflexionar sobre su quehacer educativo y esto dos modelos ofrecen una idea muy concreta de lo que se espera en cuanto a la forma de educar, en especial en el ámbito

⁵⁷ **vid supra**, p. 14

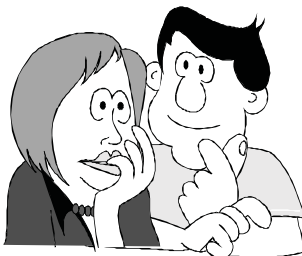
⁵⁸ Barocio Rosa, *Disciplina con amor*, p. 177.

familiar con el fin de tener logros educativos positivos, interiorizados a través del tiempo y por tanto permanentes.

Así pues, retomaremos ambas propuestas y nos apoyaremos para extraer a partir de ellas las características de la familia educadora como resultado de un adecuado y sincero trabajo a favor de sus hijos.

LA FAMILIA EDUCADORA

- ✓ **La familia educadora se plantea un proyecto educativo** que se basa en la reflexión de sus conceptos básicos, especialmente deberán revisar su concepto de persona, pues a partir de éste, se desarrollará el de la educación, la libertad, etcétera.



- ✓ **La familia educadora parte del conocimiento del hijo**, procurando conocer a cada uno de ellos para identificar sus fortalezas y sus necesidades educativas, haciéndolo de una forma lo más objetiva posible. Recordemos que cada hijo es único e irrepetible y cada uno puede necesitar acciones formativas distintas. Pero no simplemente lo conoce, sino que le ayuda al hijo a auto conocerse.



- ✓ **Ejerce su autoridad** como un servicio de ayuda amorosa hacia los hijos, logrando un “equilibrio entre el afecto y la disciplina”⁵⁹

Debido a las deformaciones constantes que se han hecho sobre la autoridad, unificaremos el concepto retomando el de Oliveros F. Otero:

“Etimológicamente el término autoridad se deriva de auctor, y éste, a su vez, de augere (aumentar, hacer crecer), vendría a ser la fuerza que sirve para sostener y acrecentar. La autoridad de los padres es una influencia positiva que sostiene y acrecienta la autonomía y la responsabilidad de cada hijo; es un servicio a los hijos, es un proceso educativo, un servicio que implica el poder de decidir y de sancionar; es una ayuda que consiste en dirigir la participación de los hijos en la vida familiar y en orientar su creciente autonomía, responsabilizándoles; es un componente esencial del amor a los hijos”⁶⁰

Los padres que ejercen su autoridad positivamente fomentan el desarrollo o el perfeccionamiento integral de sus hijos, pues la autoridad está debidamente sustentada en un concepto de persona y educación de acuerdo a la dignidad de la persona humana. “Ejercen su autoridad con moderación, firmeza y un toque de buen humor”⁶¹ Además, enseña a pensar, no anula al hijo pensando por él. Le enseña a reflexionar a través de preguntas dirigidas. “enseñar a pensar; enseñar a informarse para realimentar el propio pensar; enseñar a decidir; enseñar a realizar lo decidido”⁶² Los padres actúan exigiendo con comprensión,

⁵⁹ Enlace, *Las adicciones y las disfunciones en la familia*, p. 16.

⁶⁰ Oliveros F. Otero, *Autonomía y autoridad en la familia*, p. 20.

⁶¹ Cfr. Enlace, *op. cit.*, p. 16

⁶² Olivero F. Otero, *Relaciones humanas en la familia*, p. 59.

- ✓ ***Cuida y educa todos los aspectos de la persona humana, sin polarizarla. No se centra en un solo aspecto, la educación debe ser integral.***

Por ejemplo, aquellos padres para quienes educar es igual al desarrollo meramente intelectual, en donde las calificaciones escolares serán el parámetro de lograrlo o no. El padre con esa visión ve a un hijo con pura cabeza, se olvida del resto y por lo tanto la educación se ve seriamente limitada. Los padres con un concepto integral de la persona humana, atiende todos los ámbitos educativos de los hijos:⁶³

- La educación de hábitos y capacidades.
- La educación moral, social y religiosa.
- La educación de los valores, ideas y actitudes;
- La educación de los sentimientos. Educación afectiva y sexual.
- La educación del carácter y la formación de la personalidad.
- La educación higiénica y sanitaria.
- La formación cultural de los hijos (lenguaje, conocimientos, aficiones, tiempo libre).
- La inserción de los hijos en grupos de edad y relaciones de amistad.

- ✓ ***Se basa en el amor, la aceptación incondicional y el respeto. Se muestra respetuoso ante la persona del hijo y confían en él.***

Aquí podríamos preguntarnos ¿confiamos en nosotros mismos o no?, ya que si confiamos en nosotros y en el trabajo educativo realizado en y para nuestros hijos será reflejado en ellos. “Los padres tienen confianza en sus métodos educativos basados en principios claros de actuación: respeto, tolerancia y dominio de sí mismo.”⁶⁴ Sabemos que los padres no somos educadores infalibles, podemos equivocarnos, por lo que será muy positivo que evaluemos siempre nuestras acciones con el fin de rectificar en caso de ser

⁶³ Cfr. Quintana José María, **op. cit.**, p. 25

⁶⁴ Enlace, **op. cit.**, p. 16

necesario. Eso no sólo nos dará mayor confianza a nosotros frente a la educación de nuestros hijos, sino también acrecentará la confianza de nuestros hijos hacia nosotros. Pues un padre o madre que reconoce sus errores frente a sus hijos no los hace débiles frente a ellos, éstos los perciben como los seres humanos que son y tendrán mayor confianza en sus padres pues saben que éstos rectificarán e incluso pedirán una disculpa en caso de equivocarse. Los padres ante tal situación no deberán permitir que los hijos se aprovechen, lo que es muy factible que puedan intentar especialmente durante la adolescencia. Los padres deberán rectificar y mantenerse firmes en amar y exigir a sus hijos comprensivamente. No demostrar auténtica confianza a nuestros hijos, especialmente en la adolescencia provoca no sólo una baja autoestima en él, sino además puede producir un cierto resentimiento hacia los padres.

- ✓ ***Fomenta relaciones familiares sanas con “lazos fuertes y afectuosos”⁶⁵, en donde todos deben respetarse, respetar y participar dentro de la familia de acuerdo a su edad.***

Ningún miembro de la familia, por pequeño que éste sea, debe ser privado de participar activamente en las tareas del hogar. Los niños desde pequeños buscan colaborar, somos los padres quienes evitamos que lo hagan con el fin de que no nos compliquen la existencia. Sin embargo, quienes a la larga nos la hacemos más difícil somos nosotros los padres. El hijo se siente parte de la familia al ayudar y al ser reconocidos también por las tareas que realizan. Está también es una buena oportunidad para trabajar la autoestima, la cual retomaremos más adelante.

Dentro de esas relaciones tenemos la relación entre padres. “esta relación debe ser cordial y serena dentro del matrimonio.”⁶⁶ En una familia que educa hay acuerdo entre los padres, pues se han planteado los objetivos y el modo de llegar a ellos. Además no se

⁶⁵ **Idem.**

⁶⁶ **Idem.**

olvidan de su condición de esposos y siguen alimentándose con el amor a través de detalles, compartiendo sueños y preocupaciones, encontrando apoyo mutuo.



Existen también la relación padres e hijos, relación entre hermanos y relación con la familia extensa. En todas las relaciones se debe utilizar una comunicación bidireccional, debe existir un diálogo positivo “Son ayudas no juicios”⁶⁷; comunicación respetuosa, se escuchan y retroalimentan. “Las relaciones familiares suponen el valor del diálogo. No un diálogo formado solamente de palabras habladas: también de silencios, de hechos, de palabras escritas”.⁶⁸ Además las relaciones familiares están impregnadas por la tolerancia entre sus miembros, procurando a través de ésta vivir armoniosamente.

- ✓ **Fomentan la autoestima y la auto - confianza.** Uno de los factores más importantes dentro de la educación en la actualidad, es la de fortalecer la autoestima de nuestros hijos. Muchas situaciones como el consumo de drogas, la anorexia, la bulimia y otros desordenes de la conducta son muchas veces motivada por la falta del sentimiento de valía de quienes acceden a las presiones del medio. Una persona se puede sentir valiosa cuando comprueba que es querida y apreciada por sus seres queridos y se lo expresan explícitamente.

La autoestima se define como “una actitud valorativa hacia uno mismo. Consideración, positiva o negativa, de sí mismo. Estos juicios auto -evaluativos se van formando a través de un proceso de asimilación y reflexión por el cual los niños

⁶⁷ Oliveros F. Otero, *Relaciones humanas en la familia*, p. 29.

⁶⁸ *Ibidem*, p. 108

interiorizan las opiniones de las personas socialmente relevantes para ellos y las utilizan como criterios para su propia conducta. Está estrechamente relacionada con el propio auto-concepto y es el resultado o cristalización de sucesivas auto-evaluaciones.”⁶⁹

Acepta y respeta a su hijo tal cual es, evita las comparaciones, reconoce las habilidades y las cualidades de sus hijos, corrige sin gritar, sin lastimar y sin humillar, evita utilizar etiquetas, asegura a cada uno de sus hijos su lugar, reconocen y procuran manejar adecuadamente las preferencias y rechazos evitando tener favoritos.

Existen varios principios básicos para mejorar la autoestima en la familia⁷⁰

- 1) La disponibilidad, seguridad y confianza de los padres,
- 2) Comunicación padres – hijos,
- 3) Coherencia de los padres y exigencia a los hijos,
- 4) Espíritu de iniciativa, inquietudes y buen humor de los padres,
- 5) La aceptación de las limitaciones ajenas,
- 6) El reconocimiento y la afirmación de las personas en lo que valen,
- 7) La estimulación de la autonomía personal,
- 8) El diseño del apropiado proyecto personal
- 9) El aprendizaje realista del adecuado nivel de aspiraciones,
- 10) La elección de buenos amigos y amigas.
- 11) Educar con preceptos positivos, evitando prohibir deliberadamente.
- 12) Poner especial cuidado en evitar el negativismo en la formación de la conciencia.

Nosotros agregaremos a esta lista estos dos últimos principios que nos parecen fundamentales, ya que varios padres suelen llenar de prohibiciones por todo y para todo (no grites, no corras, no comas así, no, no, no, etcétera) muchas de éstas son

⁶⁹ Santillana, *Diccionario de ciencias de la educación*, p. 157.

⁷⁰ Cfr. Polaino Lorente Aquilino, *Familia y autoestima*, p. 157.

evidentemente necesarias, pero es más adecuado poner límites de forma positiva. También hay padres que tienden a amenazar a los hijos con que esto o aquello es pecado, sin serlo. Podemos estar deformándoles la conciencia y creándoles sentimientos de culpabilidad ante Dios, cuando lo que tratamos de prevenir es alguna travesura o alguna acción determinada que deseamos evitar...la educación no debe cultivar el remordimiento de conciencia en vez de inculcar el sentido de responsabilidad.⁷¹ Además, la educación positiva debe fomentar un ser sobrenatural (Dios) amoroso, bondadoso, capaz de perdonar y no un ser castigador implacable.

La confianza y la autoestima se basa en estar disponibles para los hijos siempre que nos necesiten, también en una comunicación en donde se les escuche con atención dándole la importancia a lo que ellos dicen; procurando la comprensión que es fundamental y para ello es imprescindible el conocimiento del hijo.

Los padres necesitan demostrar una auténtica aceptación de sus hijos con todas sus virtudes y limitaciones, con todos sus aciertos y equivocaciones.

Respetar al hijo y educarlo en y para la libertad de forma gradual en la que cada día desde pequeños vayan adquiriendo confianza en sí mismos, con la seguridad de que sus padres estarán ahí, cerca de ellos para reconfortarlos o ayudarlos cuando sea necesario. También se gana en confianza cuando los padres asumen sus errores y saben pedir una disculpa.

La auto confianza es sumamente necesaria, cualquier ser humano -sin importar su edad-, que tenga una buena auto confianza, logrará sostenerse y levantarse cuantas veces sea necesario, pues su confianza lo impulsa a reintentar las cosas a pesar de las dificultades. "Gracias a su auto confianza, insiste cuando le cierran la puerta o cuando le

⁷¹ Cabellos Pablo, *Autoridad y amistad con los hijos*, p. 26.

niegan lo que quiere. Es el ancla que mantiene el barco en su lugar cuando suben o bajan las mareas”.⁷²

Educen en y para la **libertad**, evita la sobreprotección, pero tampoco abandona; alienta y acompaña en la toma de decisiones. “Dentro de la disciplina los niños gozan de una gran libertad y asumen responsabilidades, saben lo que los padres esperan de ellos y tienen confianza en ellos y sus ideas, lo que les permite resistir con firmeza a las presiones negativas de sus compañeros”.⁷³ La familia que desea educar positivamente a sus hijos, evita radicalmente la manipulación, pues ésta se opone a la educación. “La educación y la manipulación se oponen respecto al criterio de mejora personal.”⁷⁴ En repetidas ocasiones nos es difícil desenmascarar la manipulación, pues está sutilmente manejada por quienes la ejercen. Es por ello, que debemos estar atentos para detectarla.

Oliveros F. Otero propone la comprobación de si algo es manipulación o no a partir de las siguientes características de una educación propiamente dicha:⁷⁵

- a) La mejora en el ser: es el criterio básico que distingue la acción educativa de cualquier apariencia similar. Si no hay una mejora, por pequeña que ésta sea, no se puede hablar de educación;
- b) la claridad en las ideas: Toda ambigüedad, todo confusionismo es incompatible con la educación.
- c) el matiz en los juicios: No aceptar o rechazar indiscriminadamente; captar detalles significativos, circunstancias que hacen aceptable o inaceptable algo, etc.;

⁷² Barocio Rosa, *Disciplina con amor*, p. 146.

⁷³ Enlace, *op. cit.*, p. 16

⁷⁴ Oliveros F. Otero, *Educación y manipulación*, p. 105.

⁷⁵ *Idem.*

- d) el razonamiento en las soluciones: Saber que los problemas – es decir, las cuestiones a mejorar – suelen tener más de una solución; saber que ningún problema importante se resuelve radicalmente;
- e) apoyo a los puntos fuertes del ser humano: Ayudarle a mejorar a partir de sus posibilidades;
- f) el optimismo, o la capacidad de descubrir lo que se puede hacer, en medio de limitaciones personales y ambientales;
- g) el fomento de la congruencia en el comportamiento de quienes se educan, y
- h) la autoridad como servicio, en el proceso de mejora: no como afán de dominio o de sustitución.

Si no se cumple con esas características, es posible que haya manipulación. Recordemos que no hay educación sin libertad.

Educar al hijo en y para la libertad conlleva enseñarle a conducirse a sí mismo, a saber elegir, a optar por lo que de verdad constituye un bien para su voluntad. No se puede inhibir la libertad en la educación personal, por la misma razón que ningún hijo o alumno será permanentemente supervisado en su comportamiento, a lo largo de su vida⁷⁶ Pero educar en la libertad, no se limita a enseñar o ayudar a los hijos a que aprendan a tomar decisiones, sino también alentando a que las lleven a cabo; asumiendo las consecuencias que de tales decisiones y acciones resulten. Es decir, educar la libertad supone la aceptación de la responsabilidad.

⁷⁶ Cfr. Polaino Lorente Aquilino, **Familia y autoestima.**, p. 138.

Estamos de acuerdo en que uno de los principales problemas de la familia en la actualidad es el entendimiento erróneo del concepto de libertad y por tanto, del mal uso de ésta.

- ✓ **Formación en la fe.** Apoyan la educación en un “sistema de creencias, una filosofía de la vida que oriente a ésta”⁷⁷ A lo largo de nuestra propia existencia hemos comprobado que cuando existe fe humana y sobre todo fe sobrenatural es mucho más fácil afrontar las dificultades de la vida. La persona humana se ve mayormente fortalecida cuando cree en un ser superior amoroso en el cual descansar y poner en sus manos todas aquellas situaciones que humanamente no se pueden resolver. Todos hemos pasado por situaciones difíciles y dolorosas y podemos afirmar sin temor a equivocarnos que quien las afronta con una filosofía de vida basada en la fe sobrenatural, encuentra más y mejores herramientas ante las adversidades.

- ✓ **Educación del corazón,** es decir educan los sentimientos de sus hijos, les ayudan a identificarlos, a manejarlos sin negarlos, ni reprimirlos. “Para educar la afectividad, una de las primeras enseñanzas que debe proporcionarse a la persona, es reconocer sus propios sentimientos y llamarlos por su nombre.”⁷⁸ Aquí se incluye la educación de la sexualidad.



⁷⁷ Enlace, **op. cit.**, p. 91

⁷⁸ Quintanilla Madero Beatriz, **Personalidad Madura**, p. 56.

Aquí cabe señalar también que “La educación de la afectividad no se reduce al noviazgo y al amor conyugal”⁷⁹ Sabemos que hay un sin fin de relaciones en las que podemos manifestar nuestro afecto, por las personas, animales o cosas. Por lo que los afectos deben ordenarse. Para ello, los padres debemos ayudar a nuestros hijos a identificar los diferentes niveles del amor que son: el amor sensible, el amor útil, el amor de benevolencia y el amor de trascendencia. El siguiente cuadro los explica de forma breve y clara.

CUADRO V

Amor sensible	Apetencia Complacencia	Belleza física Belleza de carácter
Amor útil	Conveniencia Convivencia Beneficencia concurrancia	Utilidad Compañía Por la debilidad del otro Objetivos comunes.
Amor de benevolencia	Amistad	Desear el bien del otro
Amor de trascendencia	Cáritas	Nos une algo superior a ambos.

Este cuadro fue tomado del libro de Pliego Ballesteros, María., **Los Valores y la Familia**, p.49.

- ✓ **La familia educadora plantea un tiempo para cada cosa**, educa el tiempo libre y la educación para el trabajo bien hecho.
- ✓ **Procura la formación de la conciencia moral**. La educación moral deberá proceder de la recta razón y estar basada en una clarificación de conceptos y establecimiento de principios. Les ayuda a distinguir entre lo bueno y lo malo. Acerca a los valores, procura y estimula la consecución de virtudes. “Piensa y

⁷⁹ Pliego Ballesteros María, **Los valores y la familia**, p. 53.

pregúntate siempre si lo que vas a hacer ¿te construye o te destruye?” La formación de actitudes positivas es fundamental también.

- ✓ **Es ejemplo**, para el éxito de todo lo anterior el padre requiere ser un ejemplo congruente, es decir, el pensar, decir, sentir y hacer; deben estar en auténtica armonía. “El liderazgo auténtico es exigente, requiere congruencia por parte de los padres, sólidas convicciones, un esfuerzo constante por llevar a la práctica lo que dicen y lo que creen; una enorme constancia para formar hábitos positivos en sus hijos, así como una gran cercanía afectiva con ellos”⁸⁰

Todas estas características dentro de la educación de la familia dan como resultado la formación del carácter y la consecución de una personalidad madura en cada uno de los hijos. “Es justamente a través de la familia, como podemos formar y forjar hombres y mujeres capaces de hacer frente a la vida y de mejorar la sociedad”⁸¹

Aquí cabría preguntarnos ¿qué pasa cuando un niño no ha recibido todo lo anterior en su educación?, ¿Esas carencias quedarán inevitablemente para el resto de su vida?, ¿Esas carencias son determinantes? Hemos leído y escuchado a través de nuestra existencia, comentarios fatalistas y muchos otros optimistas.

Hemos mencionado con anterioridad la importancia que tiene la formación en la fe, no sólo a nivel sobrenatural, sino a nivel humano que nos permite confiar en el otro. El educador familiar debe apoyarse en ella y tener la convicción de que toda persona humana, en cualquier etapa de su vida es perfectible a pesar de las experiencias y dificultades que haya tenido en el transcurso de su andar particular. Ciertamente cada época de la vida es insustituible, un niño con una infancia en donde predominó el abandono, difícilmente la recordará con alegría y es muy seguro que carezca de una autoestima o confianza que le permita enfrentarse adecuadamente a la vida adulta, sin

⁸⁰ Enlace, **op. cit.**, p. 91

⁸¹ Quintanilla Madero Beatriz, **op. cit.**, p. 58

embargo, a través de un trabajo personal constante ayudará a comprender esas carencias y a buscar disminuirlas en la medida de lo posible o incluso muchas veces a superarlas. Nada es determinante.

1.4 El educador familiar y su papel preventivo

¿Qué es un educador familiar?

El educador familiar es un profesional de la educación, que se encarga de la investigación de diversos aspectos de la dinámica de la familia, el estudio y dirección de la misma a través de un proceso de ayuda que permita el perfeccionamiento integral de la persona humana, que se ve reflejada en el seno familiar y en la calidad de vida social.

La orientación familiar es “un servicio de ayuda para la mejora personal de quienes integran una familia, y para la mejora de la sociedad en y desde las familias”⁸²

La orientación familiar es una de las llamadas <<profesiones de ayuda>>, es considerada como una segunda profesión o especialización, a la que pueden acceder diferentes profesionales mediante un programa de formación de tipo postgrado⁸³

Esta orientación es dirigida no sólo a los padres como los primeros responsables de la educación, sino también a los hijos como segundos responsables y a otros miembros de la familia extensa como por ejemplo los abuelos.

“La orientación familiar es el conjunto de técnicas, métodos, recursos y elementos encaminados a fortalecer las capacidades evidentes y latentes que tienen como objetivo el

⁸² Oliveros F. Otero, *Qué es la Orientación Familiar*, p. 17.

⁸³ *Ibidem*, p. 186

esfuerzo de los vínculos que unen a los miembros de un sistema familiar para que puedan alcanzar los objetivos que tiene la familia como agente o institución educativa”⁸⁴

Aquí cabría preguntarnos si la educación familiar es sinónimo de la orientación familiar o es parte de ella.

Recordemos que el educador es una guía, por lo que podríamos también decir orientador, entonces podemos afirmar que una y la otra tienen la misma esencia, lo que cambia en definitiva son los grados o niveles en las que se desarrollen.

Existen tres niveles de orientación de acuerdo a la complejidad de las situaciones:

Educativo, asesoramiento y terapéutico; los tres tienden a conseguir, -aunque cada una utilice instrumentos distintos para sus fines-, el establecer criterios que hagan posible el logro de la cohesión, la estabilidad y el progreso de la familia y sus miembros. A cada nivel le corresponden distintas finalidades, objetivos e instrumentos.⁸⁵

Desde nuestra perspectiva podemos considerar que la educación familiar está matizada con la orientación en sus dos primeros niveles, pues buscan un perfeccionamiento y apuntan especialmente a la prevención y solución de problemas que no representen patologías, ya que éstas corresponden al tercer nivel de orientación y que requiere de un nivel de especialización mayor.

Para una mayor comprensión de lo anterior, será de gran utilidad el siguiente cuadro sobre los niveles de la orientación familiar. En éste, se divide en tres partes la orientación familiar, según el grado de complejidad de la situación que se presente.

⁸⁴ Quintana José María, **op. cit.**, p. 152

⁸⁵ **Cfr. Ibidem**, p. 154

CUADRO VI

NIVELES DE LA ORIENTACIÓN FAMILIAR

A) Situación que corresponde a los esquemas De lo que es la evolución normal del crecimiento progresivo: a) de un miembro del S.F.♥. y b) del S.F. como tal.	
	NIVEL EDUCATIVO DE LA O.F.♦ Orientación entendida en el sentido de iluminar la situación a la luz de los criterios de normalidad de cada ciclo vital del crecimiento, ya sea de un miembro del S.F. total.
B) situación que corresponde a exigencias que, sin dejar de ser normales, presentan características o matices que la hacen peculiar.	
	NIVEL ASESORAMIENTO DE LA O.F. (Nivel de ayuda técnica como tal Orientación) Orientación en sentido de un asesoramiento específico, ya que no son suficientemente válidos los criterios generales de la situación A.
C) Situación que, por su complejidad, obliga a utilizar procedimientos más complejos ante lo <<disfuncional>> del S.F.	
	NIVEL TERAPEUTICO DE LA O.F. Orientación mediante el uso de técnicas de reestructuración del S.F.: mecanismos, interacciones, cambios, nuevas comunicaciones, e instrumentos específicos (redefiniciones, connotaciones y prescripciones directas o indirectas).

Cuadro sobre los niveles de la Orientación Familiar tomado de Quintana José Ma., *Pedagogía Familiar*, p. 153.

♥ S.F. Se refiere a sistema familiar.

♦ O.F Se refiere a orientación familiar.

Por ello, es necesario reconocer y ubicar cada situación, sin olvidar nuestras limitaciones y buscar el apoyo interdisciplinario de acuerdo a la problemática que se presente.

El educador familiar u orientador familiar tiene diversos ámbitos de acción: La familia, la escuela, la empresa y la sociedad en general. Es un trabajo que implica una gran responsabilidad por tratarse de personas que a su vez integran familias cuya formación tendrá una enorme proyección en el resto de la sociedad.

El papel primordial del educador familiar como orientador es ayudar a que los orientados tomen decisiones que permitan o posibiliten la solución de su problemas; para ello es necesario que el educador promueva que los educandos se conozcan a sí mismos, que descubran todas sus capacidades, sus fortalezas, así también que reconozcan sus carencias y limitaciones. “La relación propia de la orientación supone estar al lado, acompañar que a veces obliga a ir por delante, para descubrir posibilidades y necesidades, confrontando lo que el orientador ve en el educando para que sea aceptado por él, o, lo que es preferible, descubierto por él”⁸⁶

El educador familiar en su labor de orientador tiene como misión escuchar atentamente, pero ahí no se limitan sus posibilidades de ayuda, sino que, “en virtud de la autenticidad, los valores objetivos que dan sentido a su vida deben manifestarse sin tratar de imponerlos”.⁸⁷ El orientado u orientados pueden recibir información que les ayude a encontrar soluciones, a veces con ésta bastará para que logren resolver su problema; pero en muchos casos más importante será una comunicación con empatía en donde se sienta comprendido, aceptado y que reciba un apoyo que le impulse a la búsqueda de una acción propia.

⁸⁶ Cfr. Gordillo Álvarez- Valdés María Victoria, *La Orientación en el Proceso Educativo*, p. 201.
⁸⁷ *Idem*

El educador familiar cuenta con las herramientas necesarias para colaborar activamente para que los padres, hijos, profesores u otros responsables de la educación logren optimizar su quehacer educativo, resolviendo los diversos problemas que se presentan y que obstaculizan el alcance de sus objetivos educativos.

Sin embargo, tendremos que subrayar que el educador familiar, al menos que tuviera otro tipo de formación no está capacitado para tratar casos de disfuncionalidad severa, como en el caso de adicciones, desordenes mentales u otras patologías. “Los casos de disfuncionalidad seria, como neurosis, adicciones y patología familiar, se salen del campo de acción del orientador familiar; las personas deben someterse a un proceso de terapia porque necesitan atención especializada para el problema que padecen: atención psiquiátrica o psicológica, tratamiento de alcoholismo, integrarse a grupos de apoyo, etcétera.”⁸⁸ En este sentido, nuestro trabajo es netamente preventivo y en caso de detectar alguna disfunción grave se deberá canalizar con un especialista. “El orientador familiar debe tener la capacidad para detectar las disfunciones y remitir a las personas con los especialistas adecuados”⁸⁹ Pero para ello es necesario que conozcamos también las patologías en sus características más comunes, con el fin de identificarlas. Por ello nos parece relevante seguir actualizándonos.

En definitiva, debemos reconocer que son situaciones que rebasan nuestras posibilidades de ayuda y que por muy buena voluntad que se tenga, no tenemos la preparación o capacitación para ello. Podemos observar, detectar y ayudar canalizando a nuestro educando a aquellos profesionales idóneos que si puedan ayudarle ampliamente.

En relación con la problemática de las adicciones, iniciamos este trabajo con la firme convicción de que podemos ayudar a través de la prevención, muchos de los problemas de adicciones quizás pudieron evitarse a través de una adecuada orientación o

⁸⁸ Enlace, **op. cit.**, p. 65

⁸⁹ **Idem**

educación familiar. “La prevención dentro del ámbito familiar se ha demostrado particularmente eficaz...”⁹⁰

Los especialistas en el tema de las adicciones reconocen que la mayoría de los casos, se encuentran en familias que no han asumido adecuadamente la autoridad frente a sus hijos. Es por ello que con este trabajo no sólo se pretende informar, sino también invitar a reflexionar y evaluar nuestro quehacer educativo. No pretendemos afirmar que con el uso adecuado de la autoridad en la familia, se haya encontrado el eslabón perdido y que con ello se soluciona todo el problema, ya que los motivos para consumir drogas son muy variados, sin embargo, si podemos observar que en las familias donde se parte de un concepto de persona, cuidando todos los aspectos que implica y un manejo adecuado de la autoridad, es más fácil ayudar a que los problemas sean menores o detectar a tiempo cuando alguno de los hijos no está bien, ya que se han dado a la tarea de conocer a cada uno de ellos y se han preocupado y ocupado por el entorno que los rodea.”Son fundamentalmente los padres los que pueden contribuir a combatir los factores que facilitan esta situación, y los primeros que pueden detectar precozmente que su hijo está empezando a consumir alcohol o drogas”⁹¹

Hace algunos años, fuimos invitados a colaborar en un centro de atención para personas con adicciones, el trabajo consistía en atender no sólo a las familias, sino también a todos esos jóvenes inmersos en tan profunda oscuridad. Tuvimos experiencias muy difíciles, pero nuestra principal dificultad y limitación era la falta de preparación para estar al frente de tan complicada situación.

El grupo de trabajo estaba integrado por dos sociólogos, seis psicólogos y un pedagogo. El trabajo requería de un amplio conocimiento de la dinámica familiar y de las adicciones; tal situación nos motivo a buscar obtener ese grado de especialización, lo cual nos llevo a estudiar la maestría en Educación Familiar, sin embargo, la situación en el

⁹⁰ Polaino Lorente Aquilino, *Cómo prevenir el consumo de drogas*, p. 8.

⁹¹ *Idem*

transcurso fue cada vez más complicada y decidimos hacer una pausa en el camino. Sin embargo, agradecemos enormemente esa oportunidad, pues a través de ella hemos podido tener un crecimiento no sólo profesional sino también personal.

Las adicciones se han convertido ya en un problema de salud y también podemos decir, de seguridad pública. Tratar estos problemas, requiere mucho más que conocimientos y habilidades, requiere además una estructura personal muy fuerte.

Después de esta experiencia, nos quedo la inquietud de retomarla de alguna manera y hacer algo al respecto, pues no deseamos de ninguna manera y en especial ahora con la obtención de más habilidades profesionales, quedarnos con los brazos cruzados diciendo “es que es muy difícil” y “no somos los adecuados para realizar esa labor”. Así que, nuestro trabajo es y será muy valioso en el campo de la **prevención** y para llevarlo a cabo es necesario saber que etapas de la vida son más vulnerables para prestar un servicio de ayuda de acuerdo a las necesidades actuales.



CAPITULO II

II. LAS ETAPAS EVOLUTIVAS MÁS VULNERABLES: Marinero que se fue a la mar...para ver que podía ver...

2.1 El ciclo vital de la persona humana.

Hemos señalado en el capítulo anterior que una de las características de la familia educadora es conocer a los hijos y ayudarlos a que ellos se conozcan mejor también; para ello será de mucha utilidad establecer las características generales de la etapa evolutiva que están viviendo nuestros hijos, con el fin de comprenderlos mejor y poder aprovechar al máximo todas las posibilidades que cada período de la vida ofrece. “Estudiar las etapas ayuda a conocer a los hijos en una versión dinámica. Por lo tanto a comprenderlos. Pero sobre todo, y desde el punto de vista del educador, porque nos permiten orientar mejor. Apoyándonos en los rasgos dominantes de cada edad – intereses y comportamientos – para hacerlos desarrollar en su aspecto positivo”⁹² Cabe aclarar que al hablar de educador aquí nos referimos a los padres, profesores y todos aquellos responsables de la educación.

El ciclo vital de las personas humanas es dividido cronológicamente en diversas etapas evolutivas:

- ❖ La concepción, seguida del período prenatal.
- ❖ El nacimiento.
- ❖ Infancia.

⁹² Castillo Gerardo, *Padres y Adolescentes*, p. 13.

- ❖ Adolescencia.♦
- ❖ Juventud.*
- ❖ Adultez,
- ❖ Vejez (o un término más aceptado en nuestros días para referirnos a este último es el de adulto mayor, tercera o cuarta edad) y finalmente la muerte terrenal.

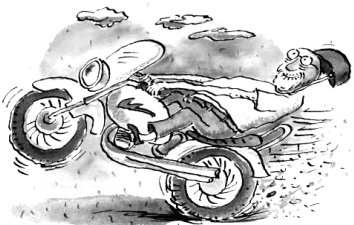
Todos y cada uno de estos periodos son imprescindibles; aprovechar todas las posibilidades de crecimiento de cada una es primordial, ya que todo aquello que no se desarrolle en su justo momento serán carencias que pueden dificultar las siguientes etapas y por tanto el crecimiento integral de la persona humana. Claro está, no de forma determinante como ya hemos apuntado con anterioridad.

Encontramos a muchos adultos con escaso sentido de responsabilidad, con miedo al compromiso, actuando frente a las dificultades con actitudes propias de los infantes o de adolescentes (berrinches, rebeldía, etcétera) de los que podríamos decir que se han quedado atrapados en alguna etapa anterior o también encontramos a uno que otro pequeño que se comporta como un adulto en miniatura que definitivamente no está viviendo adecuadamente su niñez pues el nivel de exigencia sobrepasa a su comprensión y posibilidades propias de su edad, lo cual traerá repercusiones en su desarrollo. Al respecto, Gerardo Castillo Ceballos apunta en el prólogo de su libro “El adolescente y sus retos”, que actualmente en muchos países encontramos que la adolescencia empieza antes y termina después que en épocas históricas anteriores. La adolescencia esta precedida por una infancia más corta y es seguida por una postadolescencia cada vez más larga. La postadolescencia se extiende en la actualidad hasta el lejano momento en el que los jóvenes obtienen autonomía psicológica y económica necesaria para emanciparse.

♦ Algunos autores no aceptan que la adolescencia sea una etapa evolutiva. A nuestro parecer es una etapa evolutiva sumamente necesaria para el desarrollo pleno de la persona humana, que se extiende muchas veces por un inadecuado tratamiento educativo que retrasa la madurez. Por ejemplo el permisivismo actual, la sobreprotección, la valoración de valores aparentes como el hedonismo. Todo eso retrasa el paso a la madurez.

* Algunos autores al dividir la adolescencia en fases o subetapas, (lo cual veremos más adelante en este mismo capítulo), incluyen en una de ellas a la juventud, mientras otros la toman como un período aparte. Nosotros la consideraremos implícita en la subetapa de la adolescencia superior.

Es fácil imaginar cómo frena el proceso de maduración de una persona no haber vivido la infancia completa y no haber logrado en su momento la autonomía necesaria.⁹³



2.2 ¿Quiénes son más vulnerables?

La palabra vulnerable significa que se “puede recibir un daño o perjuicio física o moralmente y resulta fácilmente conmovido por ello.”⁹⁴ ¿Quiénes pueden resultar más fácilmente perturbados y por tanto dañados?

Hemos afirmado con anterioridad que las adicciones no respetan ninguna etapa evolutiva en la que se encuentre una persona, que como seres humanos todos somos susceptibles a ellas y esa posibilidad se incrementa aún más en aquellos que tienen alguna carencia en su desarrollo, sin embargo, hay que reconocer que hay edades mucho más vulnerables que otras, así pues, los períodos de la vida más frágiles son la: infancia y la *adolescencia*.

En este trabajo pretendemos dar una ayuda que permita la prevención de las adicciones en adolescentes, pues aunque hemos afirmado que la infancia también es muy susceptible o vulnerable; son los adolescentes los que se convierten en el blanco preferido del narcotráfico, en cuanto representan ganancias económicas mucho más jugosas,

⁹³ Cfr. Castillo Ceballos Gerardo, *El adolescente y sus retos*, p. 11.

⁹⁴ Lucena Cayuela Nuria., *El pequeño Larousse ilustrado 2003*, p. 1047.

aprovechándose del distanciamiento de los hijos con sus padres, de su natural rebeldía y otros aspectos que expondremos más adelante en este mismo capítulo. “Aunque las adicciones se pueden adquirir en todas las etapas de la vida, la mayoría de los adictos se inician en la adolescencia, considerándose éste periodo de mayor riesgo, hasta los veinticinco años”⁹⁵



Una vez aclarado lo anterior, ofreceremos la definición de esta etapa vital y proporcionaremos una idea general de las características que se presentan comúnmente durante este período. Sin embargo, al tratarse de prevención es indispensable no perder de vista que entre más temprano se inicie con ella, mayor éxito se obtendrá. Recordemos que la educación es un proceso que debe iniciarse desde el nacimiento y que terminará hasta el último día de nuestra existencia.

2.3 Concepto de adolescencia

Aunque muchas veces se dice que la palabra adolescencia viene de adolecer, de falta o carencia de algo, en realidad esta palabra proviene “del latín *adulescentia*, y ésta de *adolesco*, crecer hacia la madurez. En psicología se define como la etapa de la vida

⁹⁵ Enlace, *op. cit.*, p. 19

humana que sigue a la niñez y que precede a la adultez. Constituye un período de transición entre ambos”.⁹⁶ Es una etapa de la vida en donde se da todo un proceso de transformaciones que generan en los chicos y chicas una gran inestabilidad por lo general.

Es un proceso de maduración que sirve de puente entre la niñez y la adultez, que conlleva una serie de cambios - corporales, mentales, afectivos, sociales, etcétera - necesarios para el crecimiento de toda persona humana.

La adolescencia es una etapa en la que “Muchos autores y psicoterapeutas entre los cuales se encuentra G. Stanley Hall (el padre del estudio científico de la adolescencia a comienzos del siglo XX) la consideran un periodo de gran “turbulencia y estrés” Pero hay que apuntar que esa consideración no es reciente, pues 300 años antes de Cristo, Platón y Aristóteles mencionaban la dificultades de tratar con adolescentes: en palabras de Aristóteles eran “apasionados, irascibles y propensos a dejarse llevar por sus impulsos”. Platón decía que los jóvenes solían discutir por el mero placer de discutir”.⁹⁷

En la actualidad cuando hablamos sobre la adolescencia con diversas personas con y sin hijos en esta etapa (padres, profesores, entre otros), nos encontramos con una idea muy negativa acerca de ella. Podemos percibir que hay un miedo generalizado en los padres y otros educadores a enfrentar esta fase de desarrollo en los hijos.



⁹⁶ Cfr. Santillana, *Diccionario de las ciencias de la educación*, p. 53.

⁹⁷ Musen Paul, et al, *Aspectos esenciales del desarrollo del niño*, p. 285.

Recordemos que el miedo es una limitación personal que será necesaria superar, para lo cual, será de mucha utilidad conocer con anticipación el período que deberemos enfrentar los padres, demás educadores y claro está, también los chicos y chicas que no comprenden el porque de tantos cambios, y les preocupa profundamente lo que les está pasando. La adolescencia no es una enfermedad ni una época de retroceso con respecto a la infancia, al contrario es una etapa de crecimiento y adaptación a nuevas situaciones en donde se dan avances de desarrollo.⁹⁸

Ciertamente la adolescencia es una etapa de crisis, pero este término es concebido por varios autores como algo positivo, a pesar de las dificultades que conlleva ese largo proceso hacia la madurez. Es una crisis de crecimiento, de adaptación a una nueva edad, que juega un papel muy importante en el proceso de transición...en donde es lógico que surjan dificultades de adaptación, porque no es fácil aprender a vivir en una nueva edad⁹⁹ Sin embargo, esa crisis envuelve no sólo al chico o chica en proceso de maduración, sino también a la familia, aquí cabe apuntar que dependiendo del concepto que los padres tengan de la adolescencia será la actitud que tomen hacia ella.

La adolescencia es dividida por lo general para su mejor estudio en diversas subetapas o fases de maduración, lo que nos parece muy acertado, ya que no es lo mismo cuando nos referimos a un chico de 13 años que a otro de 17 años ó más. También nos encontramos que según el autor que se consulte se da a cada subetapa diferentes nombres y varían en la separación de las edades en cada una.

Nosotros adoptaremos la posición que divide a la adolescencia en tres fases o subetapas: Adolescencia inicial o pubertad, adolescencia media y adolescencia superior. Cada una de éstas, representan una crisis que se tendrá que superar progresivamente para alcanzar la madurez personal. Lograr la madurez no sólo representa alcanzar el desarrollo de un cuerpo adulto o el logro de independencia económica con respecto a los

⁹⁸ Cfr. Castillo Gerardo, *Tus hijos adolescentes*, p. 15.

⁹⁹ Castillo Ceballos Gerardo, *El adolescente y sus retos*, p. 28.

padres, sino también el desarrollo de una personalidad equilibrada, es decir, madura. Aquí podemos preguntarnos lo siguiente: ¿cuándo inicia este proceso y cuándo termina? La adolescencia inicia invariablemente con los cambios de la pubertad (que son primordialmente físicos y fisiológicos), sin embargo, aunque se dan ciertos rangos de edad aproximados, no existe una edad precisa que determine el inicio de este período, pues cada niño lo hará de acuerdo a su propio ritmo. La terminación varía también de una persona a otra, es mucho más difícil de determinar ya que los cambios aquí son más cualitativos que cuantitativos. Lo que sí podemos apuntar es que la adolescencia toca su fin una vez que el joven haya alcanzado los objetivos de la transición.

En la pubertad se da una crisis de auto conocimiento cuya adecuada superación será el descubrimiento de la intimidad; en la adolescencia media hay una crisis de aislamiento cuya superación será la expresión adecuada de la afectividad y finalmente la adolescencia superior vive una crisis de reubicación de la intimidad, la cual se superará adecuadamente con el logro de autodominio y cierto equilibrio emocional.¹⁰⁰

Apoyados en el ser único e irrepetible de cada educando, no debemos perder de vista que las características que se presentan a continuación pueden variar según la persona, y que solamente se ofrece una orientación general de acuerdo a lo más común. “El proceso de maduración no es el mismo en cada caso. De hecho, no hay adolescencia, sino adolescencias y adolescentes. Los adolescentes difieren entre sí en función sobre todo de cuatro variables: la edad, sexo, personalidad♥ y entorno familiar y social”¹⁰¹

2.4 Características biológicas, psicológicas, sociales y espirituales de la adolescencia inicial o pubertad, media y superior.

¹⁰⁰ Cfr. López de Llergo Ana Teresa, et. al, *Quién fui, quién soy, quién seré*, p. 43, 49 y 53.

♥ **rasgos del temperamento y carácter**

¹⁰¹ Castillo Ceballos Gerardo, *El adolescente y sus retos*, p. 58.

CUADRO VII

Adolescencia inicial o pubertad.	Adolescencia media	Adolescencia superior
Entre 11 y 13 años las chicas. Y entre 12 y 14 en varones.	Entre 13 a 16 años las chicas. Y entre 14 a 17 en varones.	Entre 16 a 20 años en las chicas. Y 17 a 21 años en varones.
Cambios físicos y fisiológicos acelerados de la pubertad se inician por mayor producción de ciertas hormonas activadoras liberadas por la glándula pituitaria. Estas hormonas estimulan otras relacionadas con el crecimiento y con el sexo. Entre estas últimas se incluyen los andrógenos (masculinas) y estrógenos (femeninas). Crecimiento desproporcionado, cambios de voz y aparición de vello púbico y axilar. Aparición de la primera menstruación o menarquia y crecimiento de glándulas mamarias en la mujer. Y	Disminución del ritmo de crecimiento físico. El cuerpo va adquiriendo ya la forma y proporciones propias del adulto. Sin embargo no hay armonía entre el desarrollo físico y el psíquico, lo que le provoca mucha inseguridad.	El cuerpo tiene la forma y proporción del adulto. Llega físicamente a su plenitud, con un considerable aumento de fuerza y destreza.

eyaculaciones en el varón. Aumento significativo en talla, peso y fuerza física. Inestabilidad motriz. En la pubertad se torna posible la reproducción sexual.		
Nacimiento de la intimidad. “Despertar del yo”. Se siente diferente a los demás. Se busca en el tu el propio yo.	“Descubrimiento consciente del yo” y después tiene lugar el descubrimiento del otro.	Reconocimiento de la intimidad y redescubrimiento y reafirmación del yo, diferente a las fases anteriores. La personalidad ha alcanzado cierta madurez, lo que permite al joven conocer mejor sus posibilidades y limitaciones personales. “se produce el despertar del yo mejor” o la afirmación positiva de sí mismo.
Maduración psicológica: Mental Se pasa de una forma concreta de concebir el mundo a una forma abstracta. Capacidad para el pensamiento abstracto y cierta sistematización de las ideas. Sentimientos e imaginación influyen en la vida mental: pone una gran carga emocional en lo que piensa o dice. Falta de matiz y poca	Consecución de un alto desarrollo de la capacidad intelectual. Existe ya una mayor capacidad para el pensamiento abstracto y mayor capacidad de reflexión y sentido crítico. A pesar de clara maduración mental persiste la falta de objetividad, pues las ideas aún están condicionadas por la intensa vida afectiva. Confunden muchas veces lo subjetivo de lo	En este período no surgen capacidades nuevas. Por lo general las aptitudes intelectuales han quedado definidas en la etapa anterior. Mayor profundización en el pensamiento y paso de la reflexión sobre sí mismo a la reflexión sobre las ideas y los valores. Mayor grado de objetividad y realismo. Hay mayor coherencia lógica del pensamiento. Mayor autodomínio del pensamiento.

objetividad. Idealismo contradictorio. Intensificación de la imaginación y la fantasía.	objetivo. Esto explica el dogmatismo con el que frecuentemente procede en la defensa de sus opiniones. Visión idealista del mundo.	Mayor capacidad para tomar decisiones y expresar sus opiniones.
Maduración social: Capacidad de amistad con personas de su misma edad. Amistad de grupo donde aún falta madurez para amistad planteada como compromiso entre dos personas. Los pandas de la pubertad son grupos estructurados de modo formal, comunicación superficial, a través de comportamientos externos. Necesidad de pertenencia al grupo.	Paso de la amistad en grupo a la amistad personal. Se llega a la amistad íntima con una persona singular por ser quien es. La amistad es una unión basada en valores compartidos. En la adolescencia media después del descubrimiento del yo tiene lugar el descubrimiento del otro. Se desarrollan sentimientos nobles: altruismo, compasión, entrega y sacrificio. La timidez es otro rasgo propio de esta fase, esta consiste en temor a la opinión ajena a la que le da una importancia exagerada y tiene su origen en la desconfianza a sí mismo y a los demás. Se da por lo general un perfil vocacional bastante claro. Al final de esta etapa por lo general se alcanza	Progreso significativo en la sociabilidad y superación de la timidez, sus relaciones son más amplias y variadas. Se da una relación más constructiva con la familia, encuentra menos dificultades para armonizar autonomía personal y la necesaria dependencia de los demás ya que es más objetivo. Mayor responsabilidad en relación a su futuro. Es aquí donde se toman las decisiones profesionales más importantes. Relaciones personales más íntimas y profundas, especialmente con personas del sexo opuesto.

Desarrollo espiritual: El adolescente en esta etapa empieza a fijarse en las creencias con un sentido más crítico. La actitud de los padres es fundamental para evitar que los hijos se enrolen en sectas.	madurez social: pasa de un mero estar en grupo a formar parte activa de él. Deseo de ayudar, arreglar el mundo y de vivir auténtica justicia social. Como en todo lo anterior Pareciera que se pierde la fe y las creencias. El adolescente hace un planteamiento interior en donde pone en duda las creencias que se le han inculcado en la infancia.	Etapa de estabilización de la espiritualidad. Ha reflexionado y ha construido su propio criterio con respecto a sus creencias.
--	---	---

Cuadro elaborado por Lic. Mariella R. García Samayoa basada en las características expuestas por Cfr. Gerardo Castillo, *Tus hijos adolescentes*, p. 33 – 44., Cfr. Ana Teresa López de Llargo, et. al., *Quién fui, quién soy, quién seré*, p. 39-56.

A modo general podemos decir que el chico o chica que está en el proceso de adolescencia se enfrenta a una serie de cambios de forma muy vertiginosa. Este proceso de crecimiento o maduración inicia con la pubertad en donde se presentan de forma muy rápida cambios biológicos, lo cual repercute en la vida psicológica - mental, afectiva -, social y espiritual de la persona humana en crecimiento.

Al darse esos cambios físicos se da también el surgimiento de necesidades fisiológicas nuevas. La necesidad alimenticia, el descanso y el ritmo en las actividades cambian. La pubertad tiene como principal función la maduración biológica que conlleva la posibilidad de procreación. Sin embargo, hay que señalar que llegar a la madurez biológica no es igual a la madurez psicológica y social, por lo que los padres deberán poner especial cuidado al respecto, pues tal situación puede acarrear ciertos riesgos como por ejemplo las relaciones sexuales precoces y con ellas todas sus posibles consecuencias. Actualmente en México podemos observar que la sexualidad se inicia

tanto en mujeres como en hombres de forma muy temprana, tal situación trae consigo embarazos en adolescentes no deseados, madres solteras, abortos y sus secuelas no sólo físicas sino psicológicas, enfermedades de transmisión sexual y desajustes emocionales.

Los cambios físicos en la gran mayoría de púberes suelen afectar su autoestima, pues se ven y se sienten extraños. “El púber se siente incomodo, pues aún no se siente familiarizado con sus nuevas dimensiones y casi se convierte en un extraño en su piel. Esto lo hace inestable e inseguro emocionalmente: está estrenando cuerpo y se siente desconcertado, le cuesta trabajo calcular sus movimientos y en ocasiones es muy torpe, lo cual le irrita al grado de que puede rechazarse a sí mismo”¹⁰² A esto hay que sumar que la afectividad influye en su vida psíquica, lo cual les hace volubles, pues tienen poco control sobre sus emociones, también empiezan a tener comportamientos antisociales a través de malos modales y el distanciamiento de la familia y un mayor interés por los iguales. En esta etapa los adolescentes se sienten distintos por el “despertar del yo”.

Al mismo tiempo se empieza también a modificar la visión del mundo y sus valores. En esta etapa se tiende a derrumbar el sistema de valores y creencias de los mayores y se busca reconstruirlo. Los valores, las reglas de la familia se ponen a prueba constantemente, para lo cual investigará, cuestionará, experimentará, traspasará fronteras y correrá ciertos riesgos, con todo el miedo y toda la osadía que eso requiere.¹⁰³ Los padres ante todo esto, por lo general y en especial cuando no tiene la información adecuada con respecto al desarrollo de esta etapa en sus hijos se sienten sorprendidos de los cambios que están presentando.

Construyendo la personalidad sobre lo ya construido.

¹⁰² López de Llergo Ana Teresa, **et al**, *Quién fui, quién soy, quién seré*, p. 41.

¹⁰³ Crispo Rosina, **et al**, *op. cit.*, p. 19

Primeramente definiremos qué es la personalidad con el fin de comprender mejor su construcción.

La personalidad es la forma en que se expresa el modo individual y dinámica del ser y para adquirirla es necesario ser estructuralmente persona. “Los rasgos de personalidad son, según definición de la Asociación Americana de Psiquiatría pautas duraderas en la forma de percibir, pensar y relacionarse con el ambiente y con uno mismo, y se hacen patentes en una amplia gama de contextos personales y sociales.”¹⁰⁴

La personalidad esta constituida en primer lugar por el temperamento - que son los rasgos o cualidades biológicas hereditarias de cada individuo, que no cambian y que son el esqueleto de la acción, el impulso dado por la constitución particular de cada persona que surge del resultado del predominio fisiológico del organismo – y en segundo término por el carácter - que son los rasgos adquiridos por cada persona a lo largo de su desarrollo y que varia de un individuo a otro según el uso de su entendimiento y voluntad, por lo que corresponde a la parte espiritual de la persona humana. Este último puede modificarse a través del ambiente y la educación.

La adolescencia indudablemente constituye el momento más importante de construcción de la personalidad. “La adolescencia es la etapa, por antonomasia, de la formación de la personalidad debido a la confluencia de tres factores (entre otros) que favorecen y estimulan ese proceso.”¹⁰⁵

1. El desarrollo cognitivo, que es base de los demás desarrollos, y que se concreta en la capacidad para el pensamiento abstracto propio del adulto.
2. El desarrollo de la afectividad, que es la riqueza psicológica de la adolescencia y la dominante funcional o interés de la etapa.

¹⁰⁴ Apud, Quintanilla Madero Beatriz, *op. cit.*, p. 73

¹⁰⁵ Castillo Ceballos Gerardo, *El adolescente y sus retos*, p. 80.

3. Las expectativas y solicitudes sociales sobre el adolescente (se espera de él que tenga conductas de persona madura, mayor).

Pero que sea un lapso de gran relevancia para la construcción de la personalidad no quiere decir que las experiencias anteriores adquiridas en la infancia no formen parte de esta edificación. Indiscutiblemente las vivencias previas son parte significativa de ella. Sin embargo, el adolescente en la etapa media es consciente ahora de su “yo”, es decir, de su riqueza interior gracias a la capacidad de pensamiento reflexivo y del cual surge en los chicos y las chicas una necesidad de estar consigo mismos, dando paso así al nacimiento de la intimidad personal que les permite auto conocerse, comprenderse y conforme van avanzando en este proceso van consiguiendo una imagen y opinión de sí mismos.

La reflexión sobre sí mismos, la hacen muchas veces a través de la introspección, por esa razón se aíslan buscando largos momentos de soledad, lo que muchos padres no comprenden, tal situación se convierte en motivo de preocupación o de conflictos entre ellos y sus hijos adolescentes. “La búsqueda de la soledad por parte del adolescente no es en principio (como suelen creer erróneamente los mayores), una conducta de rechazo del mundo adulto ni un síntoma de inadaptación. El adolescente necesita aislarse para poder concentrarse en sí mismo. También para encontrar un punto de apoyo en su propia intimidad tras sufrir el desmoronamiento del mundo infantil, de un mundo que se le presentaba como algo coherente y seguro”¹⁰⁶



¹⁰⁶ *Ibidem*, p. 83

También surge la tendencia a la autoafirmación en donde el adolescente se percibe diferente a los demás, lo cual tiene gran interés en enfatizar y busca demostrarlo de diversas maneras tales como la vestimenta, el corte o peinado de cabello, conductas extravagantes y muchas veces peligrosas o rebeldes, utilización de un lenguaje propio, etcétera. “Se da así una búsqueda del comportamiento original por parte del adolescente que supone un despertar de la personalidad, que se manifiesta en algunas necesidades nuevas: ser yo mismo, valerme por mí mismo; estar consigo mismo; poder elegir y decidir...”¹⁰⁷

De lo anterior surge la búsqueda de independencia, lo que por lo general lleva a los hijos a confrontar a los padres, a rebelarse, a criticar todo lo que venga de la familia. Los hijos en esta etapa “se rebelan contra el tipo de educación y los modelos establecidos por los padres, como recurso para subrayar y defender la propia autonomía y el derecho a emanciparse. Los adolescentes se rebelan: 1) contra la imposición de criterios que impiden pensar por sí mismo y aprender de forma autónoma (así autoafirman la autonomía intelectual); 2) contra los apegamientos afectivos de algunos padres que pretenden retener al hijo en casa (así autoafirman la autonomía afectiva); 3) contra el autoritarismo de algunos padres, que pretenden hacerse obedecer por la fuerza (así autoafirman la autonomía volitiva).¹⁰⁸

Los adolescentes por lo general entienden la independencia como libertad sin límites, sin obligaciones, sin compromisos y sin responsabilidad. En el capítulo uno de este trabajo apuntamos que uno de los principales problemas a los que se enfrenta la familia actual es al concepto erróneo de libertad.¹⁰⁹ Pero esto está muy motivado por la influencia de los medios de comunicación masiva en donde una gran parte de su programación y anuncios comerciales incitan a vivir un modo de aparente libertad: libertinaje. Por lo tanto, una de nuestras principales tareas como educadores es el esclarecimiento de la noción de libertad y confiar en nuestro trabajo educativo realizado a través de la infancia.

¹⁰⁷ B. Castillo, *Padres y Adolescentes*, p. 12.

¹⁰⁸ Castillo Ceballos Gerardo, *El adolescente y sus retos*, p. 86.

¹⁰⁹ *vid supra*, p. 2

La búsqueda de identidad personal.

Recordemos que en el proceso de indagación que se hace a través de la intimidad, el adolescente va revisando y actualizando la imagen y opinión de sí mismo, es decir, el auto concepto del cual dependerá su autoestima. Pero el auto concepto y la autoestima deben ser realistas para la búsqueda exitosa de una identidad propia coherente. La búsqueda de identidad -que también es llamada por otros autores como autognosis, auto descubrimiento, autodefinición, segundo nacimiento- es la tarea fundamental en la adolescencia.

La identidad es entendida como el sentido de saber quién es uno mismo, y hacia dónde se va, ésta depende de nuestras experiencias y de la valoración que los demás hacen de nosotros. “Para Fierro la identidad es autodefinición de una persona con respecto a otras personas, a la realidad y a los valores; diferenciación personal inconfundible; coherencia con lo que uno es y debe seguir siendo; autenticidad. La identidad tiene un componente psicológico y otro social. Por una parte, contiene elementos cognitivos: la imagen psicológica que cada persona tiene de sí misma; por otra, tiene una dimensión o aspecto social: tener identidad es haberse definido socialmente, haber elegido un modo de vida determinado”¹¹⁰

Esta tarea en la cual el adolescente debe redefinirse no es fácil y lleva tiempo lograrla. Incluso pueden presentarse riesgos como por ejemplo que el grupo al que se integre el adolescente ensombrezca o cautive el desarrollo de su identidad personal.

Recordemos que el grupo de iguales cobra muchísima importancia en esta etapa de la vida, por lo que los padres deberán aceptar este cambio como algo natural y necesario para la maduración de sus hijos, no obstante, deberán estar atentos y abiertos a los amigos de sus hijos para conocerlos lo mejor posible y observar como influyen éstos

¹¹⁰ Apud. Castillo Ceballos Gerardo, *El adolescente y sus retos*, p. 99.

en sus adolescentes, con el fin de poder contrastar de forma positiva cualquier indicio de influencia negativa. Un grupo de amistad auténtica tiene un fuerte valor formativo para los adolescentes. “La vida en el grupo de iguales es el principal medio de socialización en esta etapa: hace posible aprender y experimentar nuevos roles; probarse a sí mismo; desarrollar actitudes positivas para la convivencia (cooperación, solidaridad, etcétera. No menos importante es la ayuda para configurar la propia identidad y para madurar en el campo afectivo”.¹¹¹

Pero no a todos los adolescentes les resulta tan difícil establecer su identidad, muchos parecen superarlo con facilidad a pesar de tener algunos períodos de inestabilidad emocional. La familia juega un papel importantísimo en el proceso de transición al cual se deberán enfrentar los hijos. “El tránsito por la etapa adolescente estará plagado de pruebas, obstáculos y desafíos. Dependerá entonces de la sensibilidad del joven, sus capacidades, su fuerza, el modo en que logre recorrer ese camino y superar las dificultades que se le presenten. Sin embargo, el sustento y el apoyo que reciba de su entorno familiar resultarán también para él fundamentales”.¹¹²



¹¹¹ *Ibidem*, p. 125

¹¹² Crispo Rosina, *et al*, *op. cit.*, p. 18

La integración del adolescente en el grupo de iguales.

Con la adolescencia desde su etapa inicial o pubertad se da un cambio en los hijos con respecto a la familia, los padres que antes eran el centro de atracción dejan de serlo de un momento a otro y el hijo dirige sus intereses al grupo de iguales. Los padres que desconocen que este cambio es parte de la maduración social del hijo se sienten muy desconcertados ante tal panorama.

Hemos apuntado la importancia que el grupo de iguales cobra en esta etapa de la vida, por lo que como padres y educadores en general debemos conocer cuales son las posibilidades de crecimiento a través de éste, para comprender y ayudar a que nuestros hijos la aprovechen al máximo.

Aunque el grupo y el mundo cobren mayor interés en este momento, el adolescente necesita tener la seguridad de que pertenece a su familia, de que es incondicionalmente parte de ella para poder dirigirse a buscar afuera ser parte también de lo que ahora es su prioridad. “La forma en que se busque ese sentido de pertenecer al exterior está determinada en gran parte por el saberse y sentirse querido, pero no controlado en casa. Buscará ahora formar parte del grupo, pero no para suplir la falta de pertenencia a la familia, ni con la avidez o inseguridad de alguien que no tiene apoyos familiares.”¹¹³

La necesidad de pertenencia al grupo y el descubrimiento del otro es parte esencial en el desarrollo social del adolescente, ya que al ir conociendo a los demás profundizan en el conocimiento de sí mismos también.¹¹⁴ A través del grupo el adolescente puede cotejar y descubrir formas de pensar, de sentir, de hacer y de vivir distintas a las suyas. El grupo de pares es necesario pues el hecho de ser aceptado y sentirse apreciado le ayuda a construir su autoestima y a descubrirse a sí mismo.

¹¹³ Barocio Rosa, *Disciplina con amor para adolescentes*, p. 132.

¹¹⁴ Cfr. Soto Castro José Benito, *et al*, *Desarrollo Humano I*, p. 98.

Al mismo tiempo el grupo de iguales le brindan seguridad y estabilidad, pues se siente apoyado por los demás al saber que los otros están pasando por situaciones muy similares a las suyas como por ejemplo las constantes discusiones con los padres, etcétera.

Se comparten intereses diversos y puntos de vista en cuanto a la música, la moda, los estudios, deporte, los problemas, la sexualidad, entre otros.

Una de las ventajas más importantes del grupo es la de ayudar a desarrollar la capacidad de relación de los chicos y chicas adolescentes. En el grupo hay ciertas leyes que se tendrán que respetar. Se aprende a tomar en cuenta el punto de vista del otro, intercambian criterios sobre los asuntos que les interesan y preocupan. “La vida en el grupo de iguales es el principal medio de socialización en esta etapa: hace posible aprender y experimentar nuevos roles; probarse a sí mismo; desarrollar actitudes positivas para la convivencia (cooperación, solidaridad, etcétera). No menos importante es la ayuda para configurar la propia identidad y para madurar en el campo afectivo.”¹¹⁵

Como podemos observar el grupo puede proporcionar una influencia muy positiva, no obstante, también puede haber aspectos negativos, por lo que los padres y demás educadores deberemos estar pendientes. “Algunas de las limitaciones es la hostilidad para los que quedan fuera del grupo, ya que existe una conciencia de grupo muy fuerte y hay una identificación muy marcada con el grupo y su líder. Y se dan también habitualmente dos conductas negativas: el conformismo y el gregarismo.”¹¹⁶

La amistad y el amor se dan hasta la adolescencia media por tratarse de una etapa en donde se desarrollan los sentimientos. Esto no quiere decir que haya la madurez. Aquí habremos de ayudar a nuestros hijos a distinguir la verdadera amistad y a construir un adecuado concepto del amor.

¹¹⁵ Castillo Ceballos Gerardo, *El adolescente y sus retos*, p. 124.

¹¹⁶ Cfr. *Ibidem*, p. 126



2.5 Factores o motivos que hacen a la etapa de la adolescencia la más vulnerable.

Hemos apuntado ya las características de la etapa de la adolescencia y también que son los adolescentes los más vulnerables frente a las adicciones. Ahora nuestro objetivo es esclarecer porque son los adolescentes los más susceptibles a ellas.

Las adicciones se han convertido en un serio problema de salud pública; cada vez son más las personas que se ven envueltas en ellas y un alto índice de estas personas son adolescentes - especialmente en la fase inicial de la adolescencia y en la media - que quedan atrapados en ellas, pero ¿Por qué es precisamente esta etapa la más vulnerable?

La respuesta a las posibilidades de este riesgo está cabalmente en la naturaleza misma del ser de la adolescencia en el camino del desarrollo de la madurez de su personalidad. “La adolescencia es una de las etapas críticas de la vida. Aquí la palabra crisis tiene, un sentido positivo: significa crecimiento (físico y psíquico), desarrollo de la personalidad, búsqueda de la conducta autónoma. Pero toda crisis significa replanteamiento de la vida anterior y esfuerzo para adaptarse a una nueva situación. Este proceso es lento y difícil, es un largo camino lleno de problemas a resolver para el adolescente y para quienes conviven con él”¹¹⁷

¹¹⁷ Castillo Gerardo, *Tus hijos adolescentes*, p. 75.

Si reflexionamos en las características de la adolescencia apuntadas en el cuadro anterior, podemos reconocer que varias de ellas son exactamente algunos de los rasgos personales que pueden ser factores de riesgo que facilitan seducir a los chicos y chicas hacia las adicciones. Esto no quiere decir que inevitablemente todos los chicos y chicas en este proceso de la adolescencia se encuentren totalmente indefensos, pues ello dependerá en gran medida también de otros factores como los familiares que pueden aumentar la posibilidad o disminuirla. “Las causas de este fenómeno son muy variadas. He aquí algunas de ellas: problemas familiares serios, padres y hermanos consumidores, carencias afectivas en la familia, tolerancia social en el consumo de alcohol y otras drogas, inducción de los adolescentes e incluso de niños al consumo, con ayuda de la publicidad, por parte de quienes hacen negocio a costa de la salud. Hay otro tipo de causas que están estrechamente relacionadas con la psicología del adolescente”.¹¹⁸

Para muchos jóvenes el alcohol, el cigarro, etcétera, tienen un simbolismo cultural como un rito de iniciación a la vida adulta, transgredir las reglas, para liberarse de la timidez, del miedo, entre otras razones. “como habito o conducta eventual, las drogas están presentes en muchos de los símbolos de la cultura juvenil. Por lo general, aparece vinculada a la trasgresión, a la libertad creativa, a la rebeldía, el desafío o como algo simplemente glamoroso.”¹¹⁹

La inseguridad, rebeldía hacia todo lo familiar, necesidad de mayor aceptación por parte de los iguales, la avidez de experiencias, la subjetividad del pensamiento motivada por la afectividad desbordada, falta de aceptación a sí mismo, la búsqueda de identidad, etcétera. “La adolescencia es una etapa de la vida particularmente <<fértil>> para la experimentación con drogas. Los estados de ánimo cambiante, la búsqueda de una identidad, la incomodidad física y psíquica propia de esta edad, la presión social de los

¹¹⁸ Cfr. Castillo Gerardo, *El adolescente y sus retos*, p. 188.

¹¹⁹ Crispo Rosina, *et. al*, *op. cit.*, p. 112

grupos de amigos y compañeros, son todos factores que contribuyen a incitar al joven a probarlas”.¹²⁰

Así pues, los adolescentes quieren tomar distancia con respecto a los padres, se oponen a todo lo que venga del medio familiar. Los amigos toman mayor relevancia para poner de manifiesto la rebelión contra los padres.

Buscan modelos de identificación y muchas veces pueden iniciar el consumo a solicitud e imitación de otro u otros adolescentes a los que quiere emular. Muchas de las veces el adolescente consume drogas por primera vez para agradar a un “amigo” o por presiones del grupo.



Otro factor es porque están al alcance de la mano y los adolescentes muchas veces las prueban por curiosidad o por diversión. Inician la mayoría de las veces con las drogas legales como el alcohol, el cigarrillo, medicamentos que encuentran dentro de casa. Muchos jóvenes asocian la diversión con el consumo de alcohol y de ahí se abre la puerta a la amplia variedad de drogas también.

Otro de los motivos por los que empiezan el consumo es para sentirse relajados momentáneamente de los problemas familiares, salir de las presiones de la edad. “una necesidad de ejercer una acción que permite una solución directa de las tensiones del

¹²⁰ **Ibidem**, p. 132

momento”.¹²¹ Aquí nos viene a la mente un joven de 19 años que llegó a la fundación y que decía: “Ya no aguantó más, no se que más quiere mi mamá, no soporto sus presiones”, está frase esta modificada, ya que sus palabras eran en muchas partes altisonantes, pero está era la idea que nos expresaba en la sesión.

También es necesario apuntar que muchos adolescentes empiezan a consumir porque representa supuestamente para ellos una solución para la depresión, que aunque no es una característica de la adolescencia en general, a veces puede presentarse.

Coloquialmente el término depresión ha sido utilizado con frecuencia como sinónimo de la palabra tristeza, sin embargo, conviene diferenciar la tristeza o aflicción normal ante alguna situación dolorosa, de lo que se considera una depresión clínica. “Desde el punto de vista médico, la palabra depresión corresponde a algo absolutamente distinto del término depresión que utilizamos en el lenguaje coloquial”¹²²

Es completamente normal que una persona que ha experimentado alguna pérdida ya sea por el rompimiento de una relación o la muerte de un ser querido, la pérdida de un trabajo o problemas en la escuela, etcétera le provoquen sentimientos de tristeza y aflicción que son totalmente normales.

La enfermedad depresiva o depresión clínica (como le llaman los médicos para diferenciarla del término coloquial) puede desarrollarse a partir de lo que empezó como una aflicción normal. Una pista que señala la aparición de la enfermedad depresiva es la persistencia o el empeoramiento de los síntomas de la aflicción; otra, es la creciente incapacidad de la persona para desarrollar sus actividades cotidianas.¹²³

La depresión clínica es una enfermedad que se manifiesta en una gran variedad de síntomas físicos, emocionales, conductuales e intelectuales que tiene su origen en un

¹²¹ Gisbert Carlos., **op. cit.**, p. 104

¹²² Lammoglia, Ernesto, **Las Máscaras de la Depresión**, p. 15.

¹²³ Cfr. Quinn Brian P., **Todo sobre la depresión**, p. 5.

desequilibrio bioquímico y que se hereda genéticamente. "...casi por accidente, al investigar enfermedades que si despertaban el interés de todos, como son la tuberculosis y la hipertensión, la ciencia pudo precisar que la depresión es un trastorno bioquímico. Años después, entre 1976 y 1982, se comprobó que la depresión se hereda genéticamente" ¹²⁴

La depresión es un padecimiento muy frecuente y que además puede ser tratada eficazmente, así pues, es indispensable conocer esta enfermedad y detectarla a tiempo, particularmente en la adolescencia esto cobra mayor importancia debido al elevado porcentaje de suicidios que se suscitan en este grupo, cuya frecuencia se ha triplicado en las últimas tres décadas.¹²⁵

Esta enfermedad como muchas otras, si es detectada y tratada adecuadamente con un especialista, puede ser controlada y ayudar a la persona a vivir una vida plena.

Los padres y educadores tenemos que estar atentos a esta enfermedad y reconocer que no es un signo de simple pereza o dejadez, pues realmente el enfermo se esmera todo lo que puede, pero todos los aspectos de la persona están afectados.

Los síntomas más comunes y que son aceptados internacionalmente como pautas para el diagnóstico son los siguientes:¹²⁶

- El paciente puede presentar inicialmente uno o más síntomas físicos (fatiga, dolor)
- A veces se presenta irritabilidad
- Estado de ánimo bajo o tristeza,
- Pérdida de interés o capacidad de disfrutar
- Trastornos del sueño

¹²⁴ Cfr. Lammoglia Ernesto, *op. cit.*, p. 20

¹²⁵ Cfr. Quinn Brian P., *op. cit.*, p. 76.

¹²⁶ OMS, *op. cit.*, p. 30

- Culpabilidad o baja autoestima
- Astenia o pérdida de energía
- Falta de concentración
- Trastorno del apetito
- Pensamientos o actos suicidas
- Agitación o lentitud en los movimientos o del habla.
- Disminución de la libido
- Síntomas de ansiedad o nerviosismo

La depresión puede llevar a la adicción y la adicción puede llevar a la depresión. “Infinidad de consumidores de drogas son deprimidos en busca de alivio para su depresión. Es claro entonces que existen los dos caminos: el adicto que se deprime como reacción a las sustancias y el deprimido que se droga buscando un alivio.”¹²⁷

A pesar de que en la actualidad hay una gran cantidad de información que busca la prevención, muchos adolescentes se inician en este tipo de consumo para probar pensando que ellos la podrán dejar, además se fían de quienes les aseguran que sin excederse no habrá efectos negativos. En nuestra experiencia profesional en las fundaciones nos encontramos con chicas y chicos que habían consumido por alguna vez y que tuvieron la fortuna de no quedarse atrapados, sin embargo, llegaron en apoyo de hermanos, amigos o novios que en su primer encuentro con las drogas se volvieron adictos. Aquí hay que recalcar que cada organismo es diferente, no sabemos en que forma pueda cada persona responder a las drogas. Desde nuestro punto de vista es como una ruleta rusa, a la que nadie sabe a quien le tocará. Lo que si es un hecho, es que cualquier consumo de drogas produce un efecto debilitante de la voluntad y de la salud. Quién no ha escuchado decir la frase, o quién no la ha dicho o pensado “a mi no me va a pasar”, especialmente en la etapa de la adolescencia.

¹²⁷ **Ibidem**, p. 167

CAPITULO III

III. LAS DROGAS: A Merced de los Vientos y las Tormentas: S.O.S. ¡¡Peligro de Naufragar!!

3.1 El consumo de drogas en México.

El consumo de drogas existe desde los inicios de la humanidad, su uso en la antigüedad se limitaba a fines religiosos, para aumentar el poder combativo de los guerreros o para el tratamiento de algunas enfermedades. Sin embargo, en la actualidad el consumo de muchas sustancias legales e ilegales se han utilizado con fines muy diversos, los cuales no aportan ningún beneficio, sino al contrario, ha traído un cúmulo de consecuencias negativas tanto para quien las consume como para quienes lo rodean (físicas, mentales, sociales, económicas, etcétera).



La ONU declaró en un documento emitido en el Día Mundial Contra las Drogas, que el número de personas que consumen drogas al menos una vez al año asciende a 208

millones en el mundo. Según el Informe Mundial sobre las Drogas 2008 elaborado por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (ONUDD), esta cifra representa el 4.9% de la población mundial. Según la ONU, mundialmente el tabaquismo es responsable de la muerte de cinco millones de personas actualmente, el alcoholismo cobra dos millones y medio de vidas y otro tipo de drogas cobran anualmente doscientas mil vidas por sus efectos.¹²⁸



En México el consumo de sustancias legales (tabaco, alcohol y una extensa gama de medicamentos) e ilegales ha aumentado considerablemente, convirtiéndose ya en un serio problema de salud y seguridad pública. En septiembre de 2008, el Secretario de Salud, José Ángel Córdoba Villalobos dio a conocer los resultados preliminares* de la Encuesta Nacional de Adicciones 2007, informando sobre el drástico aumento de adictos crónicos en nuestro país en un 50% al pasar de 158 mil a 307 mil en un periodo de cinco años (2002-2007).¹²⁹

Además, "Desde hace más de 50 años el uso de estas sustancias se han asociado a movimientos juveniles, problemas y tensiones sociales e influencias culturales de otros países en los cuales se originaron estos fenómenos. En el caso de México, la cercanía

¹²⁸ Cfr. www.eluniversal.com.mx, *Usan Drogas 208 millones de personas en el mundo: ONU.*, Viena, 26 de junio de 2008

* Los resultados por estado estarán listos y disponibles en dos meses más, según los conferencistas que presentaron los resultados preliminares de la Quinta Encuesta Nacional de Adicciones.

¹²⁹ Cfr. www.eluniversal.com.mx, *Aumentan en 50% adictos crónicos en México.*, Ciudad de México., 18 de septiembre de 2008.

con los Estados Unidos, el cambio en la estructura de las familias y los procesos de migración del campo a las ciudades dieron como consecuencia la aparición de esta problemática. México dejó de ser un país de tránsito de drogas para convertirse en un país consumidor¹³⁰ En cuanto a hacer una asociación drogas – juventud, lamentablemente en la actualidad lo seguimos observando en México, lo cual resulta contraproducente, ya que tal situación extiende la brecha entre jóvenes y adultos, acentuando la actitud de rebeldía de los primeros y la falta de entendimiento y evidente hostilidad de los segundos; un ejemplo de esto, es la tendencia a relacionar a grupos juveniles como los llamados “Emos” con el uso de drogas y la violencia. Es recomendable no generalizar.

En la Encuesta Nacional de Adicciones 2002, los resultados arrojaban que en la República Mexicana 3.5 millones (5.3%) de personas entre los 12 y los 65 años habían usado drogas sin incluir al tabaco y al alcohol.¹³¹ Cinco años después, en los resultados preliminares de la Encuesta Nacional de Adicciones 2007 se reportó un aumento de 3.5 millones de personas a 4.5 millones, lo que representa el 28.9 por ciento más en relación al 2002.¹³²

Como todos sabemos, las adicciones no respetan sexo, edad, nivel social o económico. Sin embargo, hemos afirmado en el capítulo anterior, que las etapas evolutivas más vulnerables o de mayor riesgo en el inicio del consumo de sustancias en la actualidad son las edades tempranas de la vida: la niñez y especialmente en la adolescencia, dándose en mayor proporción en varones. En la Encuesta Nacional de Adicciones 2002 se apuntaba que el consumo de drogas era más frecuente entre los varones con una proporción de 4 varones por cada mujer; cinco años después, en la Encuesta Nacional de Adicciones 2007 se observa un incremento del 15 por ciento en la población masculina, pasando de 4.6 varones por cada mujer consumidora, por lo tanto,

¹³⁰ Moreno Kena, *Niños, adolescentes y adicciones*, p. 214.

¹³¹ CONADIC, *Resumen Ejecutivo del resultado de la encuesta Nacional de Adicciones 2002*, p. 19.

¹³² Cfr. eluniversal.com.mx., *Aumentan en 50% adictos crónicos en México*., Ciudad de México., 18 de septiembre de 2008.

los hombres siguen siendo aún los más consumidores. No obstante hay que destacar que se ha registrado un considerable incremento de consumo de drogas legales e ilegales en las mujeres también.¹³³ A este respecto, los resultados preliminares de la encuesta Nacional de Adicciones 2007 destaca “que si bien para ellas es menor la exposición, cuando consumen lo hacen igual que los varones, y en los últimos años el uso de drogas aumentó a mayor velocidad entre la población femenina con respecto a los hombres, y de hecho se duplicó, al pasar de 0.9 por ciento a 2 por ciento”.¹³⁴

El inicio y abuso de drogas legales como el tabaco y el alcohol constituyen un puente para el consumo de drogas ilegales. Se ha observado que en México la edad en la que se utiliza por primera vez alguna droga se encuentra entre los 10 y 19 años. Siendo a los 12 años aproximadamente cuando aumentan fuertemente las probabilidades de inicio y abuso en el consumo de alguna droga.¹³⁵ Según los resultados preliminares de la Encuesta Nacional de Adicciones 2007, se expone que la edad de inicio en las drogas ilegales es de 12 años, mientras que el consumo de drogas legales como el tabaco y el alcohol empieza muchas veces desde los nueve años de edad.¹³⁶

La edad de inicio, nos alerta en identificar cual es el grupo de mayor riesgo y enfocar nuestro quehacer educativo en la prevención y la detección temprana del problema con el fin de canalizar lo antes posible para el tratamiento oportuno de la adicción. Recordemos que entre más rápido se detecte y se de tratamiento, mayor será la posibilidad de éxito en la rehabilitación. A este respecto la función de los padres es primordial, ya que son ellos los principales responsables del cuidado y la educación de sus hijos. Sin embargo, los maestros como subsidiarios de la educación, también juegan un papel protagónico.

¹³³ Cfr. Moreno Kena, *Mujer y drogas*, p. 31.

¹³⁴ Cruz Martínez Ángeles, *Elevada disposición de drogas y aumento en el número de adictos.*, 19 de septiembre 2008., eluniversal.com.mx.

¹³⁵ Cfr. Moreno Kena, *Cómo proteger a tus hijos contra las Drogas*, p. 72

¹³⁶ Cfr. eluniversal.com.mx., *Aumentan en 50% adictos crónicos en México.*, Ciudad de México., 18 de septiembre de 2008.

A nivel mundial en el 2008, según la ONU las sustancias ilegales más difundidas es el cannabis, aumentando su consumo este año con relación al año 2007. Las anfetaminas son la segunda droga más usada este año, bajando ligeramente su consumo con respecto al año anterior. Sin embargo, los derivados del opio, la cocaína y el éxtasis han reportado un aumentado en su consumo.¹³⁷

Las drogas que más se consumen en México según la Encuesta Nacional de Adicciones 2002 (sin considerar el alcohol y el tabaco) son la marihuana, la cocaína y los inhalables (thinner, pegamentos, lacas, gasolina, pinturas, etcétera). Después los estimulantes de tipo anfetamínico y en último lugar la heroína y los alucinógenos. Sin embargo, en el grupo de 12 a 17 años, el índice de consumo de inhalables es ligeramente superior al de cocaína.¹³⁸ Con respecto a este tema, según los resultados preliminares de la Encuesta Nacional de Adicciones 2007, el tipo de sustancias que más se consumen en México son las mismas que en la encuesta 2002, pero se hace notar un aumento en el consumo de marihuana pasando de 3.8 por ciento de usuarios al 4.4 por ciento. El consumo de cocaína se duplicó incrementándose su uso de 1.3 por ciento a 2.5 por ciento.¹³⁹

En México, más de la mitad de los consumidores toman varias drogas y esta situación hace que sea más difícil el tratamiento de rehabilitación del adicto.

El área donde más se consume drogas en nuestro país es en la región Norte (7.45%), especialmente en la parte Noroccidental (Baja California, Baja California Sur, Sonora y Sinaloa) que además de las drogas mencionadas algunos párrafos arriba, en esta zona también es en donde más se consume la heroína, comparado con los

¹³⁷ Cfr. www.eluniversal.com.mx, *Usan drogas 208 millones de personas en el mundo: ONU*, Viena, 26 de junio de 2008.

¹³⁸ CONADIC, *Resumen Ejecutivo del resultado de la Encuesta Nacional de adicciones 2002*, p. 21.

¹³⁹ Cruz Martínez Ángeles, *Elevada disposición de drogas y aumento en el número de adictos*, 19 de septiembre 2008., eluniversal.com.mx.

resultados nacionales. La siguiente región afectada es la zona centro del país (4.87) y finalmente la región sur (3.08%)¹⁴⁰

El número de veces que se consumen sustancias es muy variado. Hay personas que la usan sólo una vez y no vuelven a hacerlo mientras que otros lo usan con regularidad. Las drogas producen tolerancia y dependencia, por lo que puede incrementarse el número de veces que se consume y la cantidad que se usa, ya que el organismo se va adaptando a la dosis que utiliza y surge la necesidad de aumentar la dosis para tener los mismos resultados. Por ejemplo: una persona que se tomaba cinco tequilas ahora necesita tomarse nueve para obtener los mismos efectos.

Cabe destacar que “En un mercado mundial, actualmente globalizado, el narcotráfico es la segunda industria del circuito financiero. Moviliza un millón de dólares por minuto. La tercera industria que moviliza un millón de dólares cada dos minutos es la de medicamentos. La primera sigue siendo la de armamentos, con un millón de dólares cada 20 segundos”¹⁴¹ Lo que representa una razón lamentablemente muy fuerte que señala que no podemos pretender que este tipo de problemas se puedan erradicar por completo. Pensarlo sería una total utopía, por lo que hay que plantearse objetivos realistas.



¹⁴⁰ Cfr. Moreno Kena, **Cómo proteger a tus hijos contra las drogas**, p. 65.

¹⁴¹ Labres Carlos Guillermo, **¡SOCORRO! Mi Hijo se Droga ¿Qué hago?**, p. 17.

3.2 ¿Dónde se adquieren las drogas con mayor frecuencia?

Ahora bien, ¿Dónde adquieren las drogas con mayor frecuencia? Lejos de lo que muchos pensamos, las drogas se adquieren en muchos lados: la calle, en la escuela y hasta en la casa.¹⁴²

iii ¿En la casa?!!! Esto sorprende a muchos padres, pero es así, en la casa nuestros hijos pueden tener en el famoso cajón de las medicinas contacto con drogas médicas (como por ejemplo pastillas para dormir), encontrar alcohol en alguna alacena (una de esas botellas de ron o tequila que compramos para festejar el cumpleaños del compadre), los cigarros (que dejo el tío Ramón olvidados sobre la mesa y que se los guardamos para cuando regrese de visita) y ni se diga del extenso armario lleno de productos de limpieza en el cual incluimos el thinner, el pegamento 5000, el aguarrás y toda una diversidad de ricos aromas y hermosos coloridos.

La Encuesta Nacional de adicciones 2002 arrojó que la principal fuente de obtención de drogas ilegales para el consumo inicial son los “amigos”¹⁴³ Este dato no ha variado en los últimos años según los resultados preliminares de la Encuesta Nacional de Adicciones 2007, en donde se expone “que lo que influye hasta en más de 90% a que los jóvenes se inicien en las drogas es el amigo que ya comenzó en esta adicción, así como que no viva en un núcleo familiar”.¹⁴⁴

Finalmente, vale la pena puntualizar que a últimas fechas la Oficina Federal de Investigaciones (FBI) en Estados Unidos, alertó a las autoridades mexicanas sobre las novedosas modalidades con las cuales el consumo de drogas sintéticas ha tenido un fuerte incremento, principalmente entre los adolescentes. Esta nueva modalidad consiste en la preparación de aceites, líquidos, pastillas, polvos y yerbas con sabor a naranja, uva y

¹⁴² Cfr. Moreno Kena, *Cómo proteger a tus hijos de las Drogas*, p. 67.

¹⁴³ CONADIC, *Resumen Ejecutivo del Resultado de la Encuesta Nacional de Adicciones 2002*, p. 22.

¹⁴⁴ www.eluniversal.com.mx, *Aumentan en 50% adictos crónicos en México.*, Ciudad de México, 18 de septiembre 2008.

vainilla que desinhiben, estimulan, excitan o sedan provocando daños severos para los riñones, pulmones y cerebro de quienes las consumen e incluso, llegan a causar comas y fallecimientos. Estas drogas se preparan clandestinamente con sustancias químicas de fácil adquisición.¹⁴⁵

3.2 ¿Cuáles son los factores de riesgo?

Los factores de riesgo son las características que existen en la persona, en la familia, en la escuela y en la comunidad; que aumenta la probabilidad de que ocurra el consumo de drogas durante el desarrollo de la persona.¹⁴⁶

La mayoría de los autores que hemos revisado para la elaboración de este trabajo coinciden en reconocer que hay rasgos de la personalidad, factores de riesgo familiares y sociales que facilitan que una persona sea más vulnerable a volverse adicta a las drogas que otras.

3.3.1 Entre los principales rasgos de la personalidad que favorecen la posibilidad de la adicción a las drogas son:

- Muy influenciables por los demás (especialmente de los pares). Poca capacidad de decisión.

¹⁴⁵ Cfr. www.eluniversal.com.mx., *FBI Alerta a autoridades mexicanas*., 11 de Agosto de 2006.

¹⁴⁶ Cfr., Moreno Kena, *Cómo proteger a tus hijos de las drogas*, p. 117 - 150. Hemos tomado esta obra como base para hacer las listas de factores de riesgo, comparándolas con otras obras como la de Polaino Lorente A., *et. al.*, *Cómo prevenir el consumo de drogas*, Massùn Edith., *Prevención del uso indebido de drogas* y Enlace., *Las adicciones y las disfunciones en la familia*; encontrando bastante concordancia entre ellos.

- Valores confusos o falta de ellos. (Al carecer de metas y valores puede llegar a un vacío existencial).
- Impulsividad.
- Alto afán por el riesgo y las conductas arriesgadas o peligrosas.
- Tendencia a la soledad o al aislamiento.
- Alto interés por experimentar sensaciones nuevas e intensas.
- Falta de seguridad en sí mismo o baja autoestima.
- Timidez o dificultades en el contacto social.
- Curiosidad excesiva, aunada al “pensamiento mágico” (Característica de inmadurez).
- Tendencia a la apatía.
- Creatividad limitada.
- Rechazo del sufrimiento y poca tolerancia a la frustración.
- Abulia o falta de fuerza de voluntad.
- Trastornos mentales o de la personalidad: Personas muy depresivas, ansiedad extrema, insomnio, personalidades psicópatas y neuróticas. El principal trastorno de la personalidad es la conducta antisocial, expresada en términos de agresividad (odio, ira, rencor, deseos de venganza, rechazo de las normas, desafío a la autoridad y la vagancia).

También, De acuerdo con investigaciones médicas y sociales, hay fuertes indicios de que algunas personas poseen una tendencia genética a la adicción. No se ha identificado el principio fisiológico de esta tendencia, el “gen” de la adicción”. Pero es cierto que la adicción viene de familia y las investigaciones demuestran claramente que los hijos de adictos corren un mayor riesgo de volverse adictos ellos mismos. Sin embargo, esto no exime a la persona que padece la adicción de asumir la responsabilidad de su adicción y recuperación.¹⁴⁷

¹⁴⁷ Cfr. Conyers Beverly, *La adicción en la familia*, p. 97.

3.3.2 Factores de riesgo en la familia:

Las disfunciones en la familia son un factor de riesgo enorme. Sabemos que no hay personas ni familias perfectas, pero cuando se conjugan una serie de disfunciones dentro de la familia hay mayores posibilidades de que sus miembros se encuentren emocionalmente débiles y que sus relaciones entre sí no sean sanas, lo que invariablemente se reflejará fuera de la familia. Es decir, una persona que ha vivido en un ambiente familiar disfuncional y que no ha recibido el tratamiento adecuado se encontrará con dificultades para relacionarse con los demás en la escuela, en el trabajo, en sus relaciones de pareja, etcétera. Las familias son sistemas sociales que como tales tienen y siguen reglas propias, dependiendo de esas pautas, podemos darnos una idea sobre que tan eficiente o ineficiente es el funcionamiento de una familia.¹⁴⁸

La familia como un grupo sin cohesión en donde se ejerce la autoridad de manera incongruente e inconsistente o en donde se inducen sentimientos de culpa y la manipulación como mecanismos de control, así como el manejo de violencia, falta de amor y abandono entre otros, resulta más vulnerable ante los problemas como las adicciones.

- **Permisivismo y abandono por parte de los padres.**

Esto lleva al hijo a sentirse menos querido, a una escasa comunicación, delegación a terceros de la educación de los hijos, sentimientos de no integración por parte de los hijos, falta de sentimiento de pertenencia, descuido de valores éticos o morales. Falta de límites o límites difusos. Tolerancia de la familia al consumo de drogas legales y o ilegales. Escasa supervisión de los padres en las actividades extraescolares de los hijos. Falta de caricias, estímulo, etcétera. Alcoholismo y o consumo de drogas por parte de la familia (padres o hermanos mayores) por imitación o por el contacto directo con la droga.

¹⁴⁸ Cfr. Barnetche de Castillo María Esther, **et. al**, *Libre de Adicciones*, p. 182.

- Consumo de los padres y/ o hermanos de sustancias tóxicas. Tolerancia o permisividad hacia ellas.
- Incongruencia de los padres.
- Violencia intrafamiliar. Comunicación negativa: críticas y faltas de respeto, insultos, amenazas, gritos, regaños exagerados, golpes, tortura, violación.
- Ausencia física o emocional de alguno o ambos padres. Las adicciones son más frecuentes en hogares en donde hay fallas, escasa o nula interacción familiar.
- Falta de comunicación y acuerdo entre los padres en cuanto la educación de los hijos. Por ejemplo el caso de Padre represivo - madre permisiva. También hay escasa o nula comunicación con los hijos.
- Carecen de una filosofía de vida e incluso sus creencias son nulas o débiles.

“La permisividad y la rigidez predisponen en igual medida al desarrollo de problemas de adicción en los jóvenes.”¹⁵⁰

El reto es ejercer la autoridad con amor, serenidad, firmeza y convicción.

3.3.3 Factores de influencia social.

Influencia de los amigos:

Ya hemos apuntado con anterioridad que la principal fuente de obtención para el consumo inicial de drogas ilegales son los “amigos”. Los padres debemos estar muy atentos con respecto a las amistades de nuestros hijos, estar abiertos a conocerlos tanto a ellos como a sus respectivas familias para explorar que tipo de influencia están recibiendo nuestros hijos.

¹⁵⁰ Enlace, **op cit.**, p. 24.

La identificación con un determinado grupo y la necesidad de pertenencia, puede llevar a nuestros hijos a involucrarse o relacionarse con aquellos que consumen drogas.

Es primordial evitar que pasen largos períodos de tiempo en la calle sin una razón aceptable. Por ejemplo: es muy diferente que nuestro hijo salga de casa al parque a jugar football por un par de horas con sus amigos o ir al cine a ver una película determinada; que estar en la calle sin razón alguna como la de “me quedé platicando con mis cuates”, “voy a salir con mis amigos a ver que hacemos”.

“En muchos casos el consumo se inicia en grupo, a partir de algún miembro que propone la idea a los demás como un modo de diversión o de introducir novedades en los planes de grupo”.¹⁵¹ Recordemos que en la adolescencia, los amigos tienen una gran influencia sobre nuestros hijos.

Por lo anterior, también se deberá tener cuidado con las actividades que ocupan el tiempo libre de nuestros hijos, ya que el aburrimiento y la ociosidad pueden llevarlo a buscar experiencias nada constructivas.

La tolerancia de la sociedad en el consumo de ciertas sustancias, “la disponibilidad o accesibilidad a las drogas y la existencia de agentes inductores”¹⁵² A este respecto, al presentar los resultados del estudio de la Encuesta Nacional de Adicciones 2007, el Secretario de Salud José Ángel Córdoba resaltó la alta disponibilidad de las drogas para los adolescentes. Apunta que “hasta 43 por ciento de los jóvenes de entre 12 y 25 años de edad está expuesto a ellas, de éstos, la mitad llega a consumir la sustancia de manera

¹⁵¹ Polaino Lorente Aquilino, et. al, *Cómo prevenir el consumo de drogas*, p. 31.

¹⁵² Massún Edith, *op.cit.*, p. 38

experimental, 13 por ciento pasa al uso frecuente y 2 por ciento de los hombres y 1.2 por ciento de las mujeres llegan a la dependencia".¹⁵³

La influencia de los medios de comunicación incitando a la búsqueda del placer continuo, el materialismo consumista, la masificación, la presentación de prototipos negativos con los que muchos jóvenes se identifican e imitan; la desvirtualización de los valores familiares, la influencia de la moda y la publicidad creando expectativas y deseos inalcanzables (confusión entre fantasía y realidad), provocando frustraciones. El rechazo al dolor, al sufrimiento y la baja tolerancia a la frustración. A nuestro parecer basta con escuchar atentamente las letras de muchas canciones, los diálogos de muchos programas televisivos, de radio y los constantes anuncios publicitarios para descubrir en muchas de ellas la tolerancia social a las drogas, ver reflejada la codependencia, la baja autoestima, la depresión, la falta de sentido existencial, etcétera.

Influencia de la escuela:

Nuestros hijos pasan mucha parte de tiempo en la escuela, por lo que se requiere que padres y maestros mantengan una comunicación constante y que a su vez se busque entre maestros y alumnos un contacto eficiente a través de la cooperación y la convivencia entre ellos.

Es frecuente observar en muchas escuelas (especialmente en aquellas que tienen un amplio número de alumnos), que hay un trato despersonalizado hacia ellos, ignorando por completo los intereses, las motivaciones y hasta quienes son los amigos de cada alumno.

¹⁵³ Cruz Martínez Ángeles, *Elevada disposición de drogas y aumento en el número de adictos.*, 19 de septiembre 2008., eluniversal.com.mx.

El adecuado uso de la autoridad por parte de los maestros (evitando situaciones de autoritarismo o permisividad, promoviendo una disciplina razonable, con límites claros, firmeza, exigencia comprensiva y justa), será fundamental para el desarrollo de sus alumnos, así también como evitar la competencia insana entre ellos, las descalificaciones, etiquetas, discriminaciones, comparaciones, castigos fuera de proporción con la falta y las expulsiones injustificadas; evitarán la falta de respeto y aumentará el prestigio del los profesores frente a sus alumnos.

Cuando los alumnos empiezan a perder el interés por las actividades escolares, se sienten insatisfechos, se da un ausentismo frecuente y repudio por ir o permanecer en la escuela; será de gran utilidad que los padres conjuntamente con los maestros descubran las causas que están provocando tal situación y buscar remediarla lo antes posible.

“Existen estudios que han demostrado que la falta de interés por la escuela y los fracasos escolares están relacionados con riesgos para consumir drogas”¹⁵⁴

Es primordial estar muy atentos dentro y a las afueras de la escuela, para detectar a los alumnos que consumen drogas y permanecer alerta ante los posibles enganchadores. “Es imprescindible, además de valorar la posible presencia de traficantes, educar a los alumnos respecto de lo que suponen las drogas y detectar lo antes posible a los que las consumen en él o fuera del mismo, tanto si es de forma habitual como ocasional”.¹⁵⁵

¹⁵⁴ Moreno Kena, ***Como proteger a tus hijos contra las drogas***, p. 135.

¹⁵⁵ Polaino Lorente Aquilino, **et. al, *Cómo prevenir el consumo de drogas***, p.34

3.4 CONCEPTO DE DROGA

3.4.1 ¿Qué es una droga?

El término droga o fármaco es un nombre genérico que designa cualquier sustancia o compuesto de sustancias que al ser introducida en el organismo vivo, produce alteraciones en su estructura o funcionamiento normal, provocando cambios físicos y / o mentales.¹⁵⁶

En la antigüedad se utilizaba el término droga, como nombre genérico e inespecífico de los medicamentos. Sin embargo, conviene muchas veces hacer la distinción entre droga y fármaco, ya que los segundos son medicamentos con propiedades curativas, otras no tienen esas características curativas y sólo son utilizadas para disminuir el dolor como la morfina. Otras sustancias no tienen ningún uso dentro de la medicina, ya que carecen de propiedades que beneficien a la salud. No obstante, hay que reconocer que cualquier sustancia utilizada en cantidades excesivas o sin precaución puede causar daños en el organismo.



La mayoría de las drogas tienen la particularidad de producir adicción, ya que poseen efectos aparentemente placenteros que suelen llevar a la mayoría de quienes las prueban, a buscarlas nueva y reiteradamente para experimentar dichos efectos.¹⁵⁷

¹⁵⁶ Cfr. Massün Edith, *op cit.*, p.14

¹⁵⁷ Moreno Kena, *Cómo proteger a tus hijos contra las drogas*, p. 71

3.4.2 Uso, uso indebido, y drogadicción o fármaco dependencia:

Hay que distinguir entre el uso, uso indebido, abuso y dependencia o adicción.¹⁵⁸

El concepto uso se utiliza para expresar cuando la sustancia es utilizada de forma correcta, por ejemplo: “el médico me envió antibiótico por cinco días para la infección de garganta.”

En el uso indebido de drogas, está inmersa la automedicación o auto administración deliberada de sustancias legales o ilegales, en dosis o por vías de administración diferentes a lo recomendado médicamente o en contra de la legislación vigente. “Me duele la garganta, voy a tomar el antibiótico que me recomendó la señora de la tienda por si acaso tengo alguna infección”. “Pero para que se me quite más rápido, me tomaré dos cucharadas en vez de una cada 4 horas”. “tengo que trabajar en mi tesis toda la noche, tomaré un par de tabletas de Sedalmerk y una Coca cola bien fría para evitar el sueño”.

El abuso de drogas puede definirse como un uso indebido reincidente, que expone el consumidor al hábito de la droga y de allí al peligro de caer en la adicción a las drogas o fármaco dependencia.

La palabra adicción proviene del latín addictio, que significa adhesión o entrega. La drogadicción o fármaco dependencia es el estado psicológico y / o físico que desata reacciones producidas por una irreprimible e incontrolable necesidad del consumo inmediato de la sustancia o de una mayor cantidad de la droga para obtener sus efectos físicos y psíquicos o para evitar el malestar de la abstinencia o privación. “Las adicciones se pueden ver como una combinación de dos circunstancias: dependencia física, o tolerancia, que puede producir, aunque no necesariamente, síntomas de abstinencia y

¹⁵⁸ Cfr. Massūn Edith, **op. cit.**, p. 29

pensamiento obsesivo, que hace que la vida del adicto gire en torno del consumo de alcohol u otras drogas”¹⁵⁹

Antes de 1965 el término que se utilizaba era el de toxicomanía, sin embargo los expertos de la Organización Mundial de la Salud propusieron el uso de la palabra fármaco dependencia. Aunque ya hemos reconocido que hay que distinguir entre droga y fármaco.

La adicción es una enfermedad, por lo que el adicto es un enfermo que requiere y merece tratamiento especializado, el apoyo familiar, pero, sobre todo deseo personal profundo de un cambio para superarlo por parte de quien padece la adicción.

3.4.3 La biología y la psicología de la adicción.

Existe una parte biológica y una psicológica de la adicción: En la parte biológica, las neuronas o células nerviosas tienen un axón que transmite impulsos de una célula a las dendritas, -que son fibras nerviosas- que ayudan a conducir los impulsos a otra célula. Las neuronas se comunican liberando neurotransmisores, -que son mensajeros químicos- a través de espacios muy pequeños llamados sinapsis. Después, normalmente muchos neurotransmisores vuelven a la dendrita para ser usados una y otra vez. Las dendritas contienen sitios receptores especiales para neurotransmisores específicos, es decir, cada uno lleva un mensaje diferente, ya sea, placer, dolor, enojo, miedo, etcétera. Uno de los muchos neurotransmisores es la dopamina, esta es un mensajero del placer y es liberada cuando se estimula la red del placer o el circuito del placer o recompensa a través de actividades agradables. La mayoría de las sustancias adictivas también estimulan este circuito y producen fuertes sensaciones de placer, pues generan una concentración de dopamina muy alta. La cocaína libera endorfinas que son neurotransmisores que también producen placer, reducen el dolor y el estrés. Sin embargo, el cerebro en su intento de

¹⁵⁹ Conyers Beverly, **op. cit.**, p. 68

recuperar el equilibrio, disminuye el número de receptores de dopamina y por tanto este neurotransmisor no puede conectarse con un receptor para entregar el mensaje de placer. De ahí que se desarrollen la tolerancia y la dependencia con la necesidad de aumentar cada vez más las dosis de drogas.¹⁶⁰

La tolerancia: es la necesidad de aumentar progresivamente las dosis de una sustancia, como consecuencia de que el organismo va necesitando cada vez una mayor cantidad para experimentar los mismos efectos que se lograban con menores cantidades en los primeros consumos. Pudiendo además producirse una sobredosis.

También puede darse la tolerancia cruzada: Que es un proceso en el cual la droga que se consume produce tolerancia con respecto a otras drogas que incluso nunca se habían consumido. Una droga utilizada por cierto tiempo produce que sea necesaria una dosis mayor de otra droga para experimentar todos sus efectos. Por ejemplo el crack en relación con la cocaína.

La sobredosis es cuando se administra una cantidad de sustancia superior a lo que el organismo puede soportar, lo cual puede llevar a la muerte.

Ahora bien, la dependencia que produce una sustancia puede ser física y /o psicológica:

La dependencia física o biológica: es la capacidad de una sustancia para producir cambios físicos en el organismo al suprimir su uso y que al volverse a administrar desaparecen.

La dependencia psíquica o psicológica: Es la capacidad que tiene una sustancia para producir cambios psíquicos en el organismo cuando se elimina su uso y que al ser administrada de nuevo esos cambios desaparecen.

¹⁶⁰ **Cfr. Ibidem**, p. 70 - 77

Los estados psíquicos varían según la droga, pero en su mayoría son agradables para quien las consume, convirtiéndose en uno de los motivos principales para usar la droga. Se dan pensamientos reconfortantes en el adicto como por ejemplo: “todo está bien”, “no pasa nada”, “todos los demás están mal” o que él puede controlar la situación. La adicción es fundamentalmente un trastorno obsesivo – compulsivo centrado en obtener, preparar y consumir las drogas, anulando toda capacidad del adicto a controlar sus pensamientos y que los obliga a consumir una y otra vez. Pero la adicción va más allá de la sustancia, abarcando los lugares, la gente y los objetos que estén relacionados o asociados con el proceso de drogarse trayendo consigo factores desencadenantes y la necesidad imperiosa de consumir aunado a los mensajes que se dan así mismos basados en un pobre auto concepto.¹⁶¹

Por ejemplo: La euforia y sentimiento de bienestar que da una droga cuando se consume, es agradable para quien la usa. Pero cuando se suprime el uso de la sustancia desaparecen poniendo a la persona de nuevo en su situación anterior o empeorándola cuando el uso ha sido habitual; presentándose depresión, ansiedad o irritación, etcétera y que hace que la persona busque de forma imperiosa el volver a consumir para tener de nuevo los efectos de euforia y bienestar.

La biología y la psicología de la adicción “se combinan para reducir la atención del cerebro a una búsqueda sin sentido de placer. Como resultado, disminuye la capacidad del cerebro para funcionar de manera razonable... El considerable poder del cerebro se concentra primordialmente en obtener y usar alcohol u otras drogas.”¹⁶² La persona con adicción en poco tiempo se encuentra con un estado de salud deplorable; las relaciones con familiares, amigos y laborales se ven seriamente dañadas o totalmente destruidas; se encuentran con serios problemas financieros, emocionales y una pobre vida espiritual.

¹⁶¹ Cfr. *Ibidem*, p. 77 - 86

¹⁶² Cfr. *Ibidem*, p. 87

Cuando la persona consume una droga para tratar de aliviar un trastorno psicopatológico como por ejemplo la depresión, los síntomas desaparecen durante los efectos de la sustancia, pero media vez ésta se desvanece en el organismo, los trastornos de la enfermedad depresiva se presentan con mayor intensidad, por lo cual la persona busca el alivio inmediato de nuevo, consumiendo una y otra dosis, desarrollando así también la dependencia física de forma muy rápida.

Es imprescindible puntualizar que a menor edad de la persona que consume, hay más facilidad de crear dependencia en forma más rápida. Es decir, es más factible que una persona que empieza a experimentar con alguna sustancia a los diez u once años establezca una dependencia en muy corto tiempo, mientras que una persona que inicie a los veintitantos no establezca la dependencia hasta varios años después.¹⁶³

En el consumo inicial los síntomas son poco relevantes y se manifiestan por un cierto malestar general. Pero cuando ya se ha establecido la dependencia de forma definitiva con el uso habitual de dosis altas, el panorama cambia, ya que al ser suprimida la sustancia el organismo presenta el síndrome de abstinencia.

El síndrome de abstinencia es el conjunto de síntomas desagradables y a veces graves que se presentan al dejar de consumir la sustancia.

Ahora veamos cuales son los síntomas principales del síndrome de la abstinencia o “mono” como lo llaman aquellas personas que padecen una adicción.¹⁶⁴

- Ansiedad, inquietud, irritabilidad.
- Aletargamiento del estado de ánimo.
- Dificultades para mantener la atención.
- Dificultad para conciliar el sueño (insomnio).

¹⁶³ Cfr. *Ibidem*, p. 104

¹⁶⁴ Cfr. Polaino Lorente Aquilino, *et. al*, **Cómo prevenir el consumo de drogas**, p. 127.

- Necesidad imperiosa de procurarse la droga.
- Dolores diversos generalizados, en la dependencia física son sobre todo musculares.
- Sudoración abundante, Temblores y escalofríos.
- Náuseas y malestar general.
- Disminución de la tensión arterial.
- Síntomas delirantes y alucinaciones terroríficas (esto solamente es propio de algunos casos de alcoholismo).

Esta serie de síntomas desagradables se dan como consecuencia de la supresión de la sustancia que se había estado consumiendo habitualmente y que por ende había establecido una dependencia. Los síntomas variarán de acuerdo al grado de dependencia, del tipo de sustancia o sustancias y del organismo de cada persona.

3.4.4 La clasificación de las drogas

Las drogas psicotrópicas o psicoactivas: son las que actúan directamente sobre el sistema nervioso central provocando cambios en la percepción, los sentimientos, en el pensamiento y en la conducta de quien las consume. Estas sustancias son capaces de producir dependencias graves y por lo tanto traen consigo serios problemas individuales y sociales.¹⁶⁵

Las drogas psicotrópicas o psicoactivas pueden clasificarse en tres grupos principalmente:¹⁶⁶

¹⁶⁵ Cfr. Massún Edith, **op. cit.**, p.14

¹⁶⁶ **Ibidem**, p. 15

Psicolépticos (depresores del sistema nervioso central), entre los cuales se encuentran el alcohol, los sedantes (barbitúricos y tranquilizantes), los narcóticos (opio, morfina, heroína, codeína) y las sustancias volátiles o inhalables (aunque estas son igualmente alucinógenas).

Psicoanalépticos o psicotónicos (Estimulantes del sistema nerviosos central), grupo a los que pertenecen las anfetaminas, la cocaína, el tabaco y la cafeína.

Psicodislépticos (perturbadores del sistema nervioso central), en este grupo están los alucinógenos como (LSD, mezcalina, psilocibina, entre otros) y la cannabis. Esta última es una droga ambivalente que puede ser estimulante y tranquilizante, pero puede provocar también distorsión sensorial y en casos raros, alucinaciones.

El cannabis y los inhalables se suelen clasificar como dos categorías de drogas independientes, ya que tienen otras características a parte del grupo principal.

Las drogas pueden ser clasificadas también como **naturales, sintéticas** (necesitan algún tipo de elaboración química para su obtención) y **químicas industriales**.

Las drogas también han sido clasificadas como “**duras y blandas**” según sus efectos y consecuencias. Sin embargo, este concepto ha sido muy controvertido y cada vez ha tenido menos aceptación en la actualidad, ya que, aunque sea cierto que unas son “más” peligrosas que otras, finalmente su uso continuo, el aumento progresivo y la búsqueda de otras sustancias con efectos superiores (sistema de escalada) las hacen igualmente peligrosas. Además resulta arbitraria tal clasificación en el sentido de que cada organismo es distinto y no puede determinarse absolutamente la forma en que cada persona reaccionará ante una determinada droga.

Las drogas también son clasificadas **como legales e ilegales: Las** drogas ilegales están prohibidas por los daños que provocan en la persona, su familia y la sociedad. Sin embargo, estaremos de acuerdo en que los daños que provoca el alcohol son tremendos para la persona, sus familias y la sociedad y nos resultará incongruente que en nuestro país, como en otras tantas naciones éste sea legal, tolerado y hasta publicitado.

Esta situación nos lleva a pensar que la legalidad o ilegalidad de una sustancia no siempre se da en función de los daños que producen, sino en función de factores económicos, políticos y culturales.

Hemos escuchado con frecuencia la posibilidad de legalizar ciertas drogas en México, se han realizado continuos debates, sin embargo, este es un tema que requiere de mucho estudio y cautela. A simple vista podríamos decir que el hecho de que el alcohol y el tabaco sean legales no hace que su consumo disminuya. Al contrario, se ha observado y obtenido información a través de varias personas que frecuentemente fumaban en lugares públicos, que desde que se aprobó la ley que promueve la protección de los no fumadores en la ciudad de México y que prohíbe fumar en lugares públicos cerrados, han disminuido considerablemente su consumo de tabaco e incluso algunos hasta han dejado de fumar. Quizás esto sea consecuencia o tenga alguna relación de lo que dice Beverly Conyers "cuando se altera el medio ambiente que propició el uso de drogas, la mayoría de los pacientes ya no quiere usarlas."¹⁶⁷

3.4.5 Cuadro de los tipos de drogas y sus efectos.

El siguiente cuadro de los tipos de drogas y sus efectos, fue construido tomando como principal referencia investigaciones de Centros de Integración juvenil y comparados

¹⁶⁷ Conyers Beverly, **op. cit**, p. 106

con otros autores con los cuales encontramos bastante concordancia. Se incluyen tanto las drogas legales como las ilegales, partiendo de sus diversos nombres, seguido por la forma general de uso y sus efectos tanto biológicos como psicológicos.

CUADRO VIII

LAS DROGAS Y SUS EFECTOS

NOMBRE DE LA DROGA	FORMA DE CONSUMO	TIPO DE DROGA	EFECTOS
ALCOHOL	Oral (bebido)	Depresor del sistema nervioso central.	Corto plazo: Estados eufóricos, supresión de tensiones internas y de las inhibiciones. Dosis mayores: Ebriedad, dificultades en la elocución y en la motricidad; diplopía; problemas de concentración y fallas en la memoria, somnolencia y malestar general. En algunas personas la pérdida de control suscita agresividad y violencia. Uso excesivo y prolongado causa graves daños a la salud: inflamación del páncreas, gastritis, úlcera, deficiencia nutricional, lesiones hepáticas o cerebrales, problemas cutáneos e impotencia sexual, entre otros trastornos. La ingesta crónica desarrolla un tipo de dependencia física muy fuerte, que provoca el síndrome de abstinencia, una de cuyas consecuencias es el delirium tremens.
TABACO/NICOTINA Planta cuyo componente activo fundamental es la nicotina que es un alcaloide natural.	Principalmente fumado, sin embargo hoy en día también hay chicles, puros, tabaco en polvo para pipa y parches.	Estimulante	Causante de ataques cardíacos en fumadores crónicos. El alquitrán y el monóxido de carbono son ingredientes venenosos causantes de diferentes enfermedades pulmonares, entre los más graves el cáncer. Además contribuye a generar o agudizar los problemas de bronquitis crónica y enfisema. Es una de las principales causas de muerte a nivel mundial. Efectos a corto plazo: alteraciones en la capacidad de percibir, enojo, hostilidad y agresión, insomnio, sueños extraños, inestabilidad en el humor y cambios en el estado de ánimo, mareo, vértigo, vómito, dolor abdominal, sudoración,

			complicaciones circulatorias, elevación del pulso, aumento de la presión arterial, taquicardia, arritmias cardíacas, disminución de la temperatura de los dedos en manos y pies, interferencia en el funcionamiento personal. Efectos a largo plazo: Cambios en el estado de ánimo, insomnio, irritabilidad, sentimientos de frustración, ira, ansiedad, dificultades en la concentración, aumento o disminución de la frecuencia cardíaca, aumento de apetito o peso, aumento en la eliminación urinaria, enfermedades y complicaciones cardiovasculares, lesiones cardíacas al miocardio y coronarias, aumento de la tensión arterial, enfermedades pulmonares, úlceras y problemas digestivos, aparición de diversos tipos de cáncer: de pulmón boca, esófago, estómago u otros. En hombres reduce la fertilidad y en la mujer menopausia prematura. Además de los daños en el embarazo y al bebé en gestación.
CAFÉ El componente estimulante al igual que el té es la cafeína. La cafeína también se encuentra en algunas bebidas carbónicas: coca-cola, pepsi-cola, entre otras y en el chocolate.	Oral (bebido)	Estimulante	Es un estimulante que aumenta la liberación de hormonas en la corteza suprarrenal, aumenta el tono de la consciencia, disminuye el apetito y las necesidades de sueño, aumenta la tasa cardíaca y la tensión arterial. A dosis muy altas puede resultar mortal. Un consumo diario superior a 250 miligramos de cafeína ocasiona arritmias cardíacas, ansiedad, irritabilidad, dificultades de concentración, diarreas, temblores y otros síntomas. No se ha podido demostrar que cree dependencia física, pero sí dependencia psíquica a la cafeína.
COCAÍNA Y CRACK Se extrae de la planta erythxilom coca. Las hojas se maceran hasta formar una pasta que al refinarse da como resultado un polvo blanco y cristalino; cocaína. El crack se obtiene a partir de la cocaína utilizando solventes volátiles que hace que la droga se pueda fumar; así se obtienen	Inhalada, disuelta en agua e inyectada. El Crack es fumado.	Estimulante	Efectos a corto plazo: Hipertensión arterial, aumento de temperatura corporal y de la frecuencia cardíaca, euforia, sensación de bienestar, sentimiento exagerado de felicidad, ansiedad, disminución del apetito, estados de pánico, miedo muy intenso, dificultad en la concentración y de juicio, se dificulta mantener la atención en un tema; le resulta difícil valorar una situación y lo hace mal. Indiferencia al dolor y la fatiga. Sentimientos de mayor

efectos más intensos, ya que es la forma más directa en la que la sustancia llega al cerebro. Nombres populares: Baseball, doña blanca, blancanieves, champagne, azúcar, coke, snow, nose candy, flake, blow, big C, lady, white, snowbirds, talco.			resistencia física y capacidad mental. Pupilas dilatadas y conducta impredecible que puede incluir un comportamiento violento. Alteraciones en el sueño (insomnio). A largo plazo: inquietud, náuseas, insomnio, pérdida de peso, psicosis y alucinaciones de tipo paranoide, "locura" con sensaciones de ser perseguido y visiones. Anhedonia (incapacidad para experimentar placer) y depresión. Infartos cardíacos, accidentes vasculares cerebrales y enfermedades infecciosas. Hepatitis e infección por VIH cuando la droga se usa inyectada con jeringas contaminadas. Pueden presentarse convulsiones e impotencia sexual. Deseo imperioso de consumir la droga. Se presentan riesgos psicológicos de dependencia, conductas violentas erráticas o paranoides. Zoopsias (sensación imaginaria de que gran cantidad de insectos se encuentran bajo la piel).
ANFETAMINAS Y METANFETAMINAS Se utilizan indiscriminadamente para adelgazar, reducir el cansancio y aumentar el rendimiento físico. Otros nombres: Anfetas, corazones, elevadores, hielo, tacha, éxtasis, speed, uppers, ups, black beauties, pep pills, capilots, bumble bees, benzedrine, dexadrine, footballs, biphphetamine. Son sintéticas, necesitan algún tipo de elaboración química para su obtención (benzedrina, dexedrina).	Vía oral, fumadas, inhaladas y también se disuelven en agua para ser inyectadas.	Estimulante	Efectos a corto plazo: Aumento de la frecuencia cardíaca, de la respiración y la presión arterial. Sudoración y dilatación pupilar. Sensación de energía y confianza. Inquietud, excitación e insomnio. Disminución del apetito, irritabilidad, ansiedad, desasosiego, hostilidad y agitación. Mareos, visión borrosa, dolores abdominales y disminución de la coordinación motora. En el caso del éxtasis los efectos son muy variables, dependen del ambiente donde se utilicen. Puede producirse sudoración fuerte, alucinaciones, sensación de estar flotando y una conducta irracional y extraña. Es la más popular en las fiestas llamadas Raves y es la más común de las "designer drugs" Otros nombres: XTC, Adam y MDMA. Efectos a largo plazo: desnutrición por la falta de apetito, irritabilidad, temblores, confusión, estado mental de desorientación. Ansiedad, psicosis paranoide ("locura" caracterizada por ideas de ser perseguidos) y conductas violentas. Pueden presentarse

			accidentes vasculares cerebrales. Hepatitis y VIH al ser inyectadas. Cambios en el estado de ánimo: depresión y euforia. Dependencia psicológica importante pues existe la necesidad de consumirla. El uso excesivo de anfetaminas agudiza la depresión y da lugar a graves dependencias.
HEROÍNA Es una de las múltiples drogas que se derivan de la planta del opio y se clasifican como opiáceos. La palabra opio proviene del griego opos que significa jugo. Al hacer incisiones en la cápsula se obtiene un exudado resinoso de color café oscuro y de olor parecido al amoníaco, que al secarse forma lo que se conoce como polvo de opio. Al ser tratado a través de procesos químicos se obtienen derivados como la morfina, codeína, metadona, y meperina, entre otros. La heroína es un analgésico muy potente, su apariencia es gránulos blancos, cafés o rosáceos y de sabor amargo. Otros nombres: Reina, jinete, de Apocalipsis, azúcar morena, dama blanca, nieve, poderosa y H (hache).	Vía intravenosa, aspiración nasal y fumada.	Depresor	Efectos a corto plazo: Placer intenso y una fuerte sensación de bienestar. Disminución de las sensaciones dolorosas y de la apetencia sexual. Retardo en las funciones corporales como frecuencia respiratoria, presión arterial, y pulso. Náusea y vómito. Imaginación exaltada, somnolencia y torpeza motora. Disminución de la temperatura corporal, estrechamiento de las pupilas sensación de calor. Efectos a largo plazo: Estreñimiento, alteración en los periodos menstruales y pérdida del deseo sexual. Riesgo de hepatitis o infección por VIH al ser inyectada con jeringas infectadas. Depresión respiratoria, cianosis labial (labios azulados por falta de oxigenación. Edema pulmonar (líquido en los pulmones) caracterizado por respiración irregular y superficial. Arritmias cardíacas, abscesos e infecciones en la piel, venas y músculos. Endocarditis (infección del corazón y válvulas cardíacas, puede, conducir a ruptura de válvulas, infarto y muerte). Infecciones articulares y óseas. Neumonía, falla renal por infecciones. Manifestaciones asmátiformes posteriores a la inhalación de vapores de la droga. Muerte por sobredosis o por impureza a la droga. Dependencia física y psicológica.
INHALABLES Son sustancias químicas tóxicas volátiles. Se obtienen con facilidad, ya que e usan rutinariamente en el hogar, la escuela y el trabajo. Otros nombres: Chemo, cemento, mona, activo, PVC, goma, thinner,	Inhalación por nariz y/o boca.	Depresor	Efectos a corto plazo: Sensación de mayor libertad y confianza, excitación y risas sin motivo, euforia, sensación de bienestar, sentimiento exagerado de felicidad, mareos, náuseas y diarrea. Desorientación e incoordinación motora, incapacidad para dirigirse a voluntad y en forma armónica. Ojos vidriosos y rojos, tos, flujo y sangrado nasal. "no mide el peligro", palpitaciones, dolor de

gasolina, acetona, éter etílico, cloroformo, nitrito de amilo, quitamanchas, pegamentos, disolventes. Productos químicos industriales.			cabeza y dificultades para respirar. Efectos a largo plazo: dolores de cabeza, debilidad muscular y dolores abdominales, disminución paulatina del sentido del olfato, náusea y sangrados nasales, conductas violentas. Defeca y orina involuntariamente, pueden padecer hepatitis, daño pulmonar y renal, daño cerebral irreversible, puede llegarse en casos de exposición masiva hasta el coma y la muerte. Dan lugar a la tolerancia, algunas como el éter tienen gran capacidad de producir dependencia y adicción. Muchas ocasionan dependencia física, aunque para algunas, este fenómeno aún no ha podido ser demostrado.
MARIGUANA Y HACHIS Planta cuyo nombre científico es cannabis sativa. Este principio psicoactivo se encuentra más concentrado en la resina, en las hojas y flores frescas, variando su concentración según clima y terreno en que la planta crece y se desarrolla. Otros nombres: Pasto, hierba, mota, toque, sin semilla, Acapulco golden, aunt Mary, Mary Jane, entre otros. Su consumo es extendido pues es barata.	Fumada Se suele mezclar con el tabaco, de forma natural o en forma de extractos, aceites o resinas como el hachís o el hashoil.	Perturbadores del sistema nervioso.	Los efectos dependen de la concentración que contenga de THC (tetrahidrocannabinol) que es su principio activo más específico. Efectos a corto plazo: Sensación de relajamiento, de tranquilidad. Sensación de mayor libertad y confianza. Aumento del apetito, aumento en la percepción de los colores, sonidos, y otras sensaciones; puede alterar la visión y percepción del tiempo y espacio. Menor coordinación motora, alteraciones de la memoria para hechos recientes. Disminución de la habilidad para realizar tareas que implican concentración y coordinación. Aumento de la frecuencia cardíaca, probable riesgo de alteraciones cardíacas, resequedad de la mucosa oral y ulceraciones. Ojos rojos, Alucinaciones y psicosis paranoide: escucha voces y se ven personas y cosas inexistentes y sienten que los vigilan y persiguen. Efectos a largo plazo: Enfermedades respiratorias y pulmonares: cáncer y bronquitis crónica. Disminución testosterona, con menor número de espermatozoides que dificulta la fecundación. En mujeres se aumenta la testosterona y mayor riesgo de esterilidad. Disminución del placer sexual, dependencia psicológica, psicosis paranoide, cuadro de locura con sintomatología semejante a la esquizofrenia. Desmotivación, sin

			deseos para actuar o llevar a cabo alguna actividad. Como cualquier droga hay daño en el embarazo, puede provocar un trastorno semejante al síndrome feto – alcohólico, caracterizado por dificultades para el aprendizaje en edades más tardías. Alteraciones emocionales (irritabilidad, ansiedad, agresividad y depresión).
ALUCINÓGENOS Son sustancias que pueden generar depresión o estimulación del sistema nervioso central. Sustancias muy potentes que en cantidades pequeñas puede producir efectos muy fuertes. Otros nombres: Ácido lisérgico: LSD, cubo de azúcar, ácidos, cielo azul, rayo blanco. Sintética derivada del cornezuelo (hongo parásito del centeno). Es el alucinógeno más potente que se conoce. La mezcalina y la psilocibina son los componentes activos de ciertos hongos. Mezcalina es el alcaloide principal del peyote: Mezcal, cactus, hongos mágicos o alucinógenos PCP: Polvo de ángel, píldora de la paz, tranquilizador de elefantes o gasolina de cohete. (fenciclidina).	Vía oral (forma más común de uso). Hongos: masticados o hervidos tomados como té. El LSD en forma de pastillas decoradas con diseños coloridos o personajes animados.	Perturbadores del sistema nervioso central.	Efectos a corto plazo: Todas estas drogas provocan alteraciones en la percepción auditiva, tacto, olfato y gusto, con un componente muy intenso: alucinación. Alteraciones cardíacas y vasculares: taquicardia, arritmias y disminución de la presión arterial. Inestabilidad emocional: Ansiedad, euforia, agresividad e ideas suicidas. Delirios y alucinaciones visuales o auditivas de tipo paranoide (visiones o ideas de ser perseguido). Gastritis, náuseas, vómitos y mareos. Temperatura corporal elevada, pérdida del apetito, insomnio, temblores y escalofríos. Problemas en la coordinación motora, rigidez y calambres musculares. Eventualmente pueden presentarse convulsiones o estado de coma. Visión borrosa por dilatación pupilar y estados de pánico agudo.
BARBITURICOS Comprimidos o capsulas utilizados en la medicina para insomnio, tensión, ansiedad, o como anticonvulsivantes.	Oral o algunas inyectadas.	Depresor	En dosis adecuada reducen la tensión nerviosa y la muscular, y ayudan a conciliar el sueño. El uso no terapéutico tiene efectos diferentes según se tome en un entorno tranquilo (sueño) o excitante (euforia). Cuando se toma en estado de estrés o de pena muy intensa puede causar más nerviosismo, náuseas o confusión mental.

TRANQUILIZANTES (TIPO LIBRIUM O VALIUM) Entre las drogas altamente toxicomanígenas, los tranquilizantes son las que se utilizan más en las sociedades modernas.	Oral inyectadas algunas.	o Depresor	El uso prolongado provoca a menudo enfermedades graves tales como anemia o hepatitis. Problemas de coordinación motriz, entorpecimiento del habla, trastornos visuales y de percepción; sueño intranquilo y violentos dolores de cabeza. Los barbitúricos desarrollan rápidamente tolerancia y siempre existe el peligro de llegar a tomar involuntariamente una dosis letal. Algunas semanas de uso continuo son suficientes para desarrollar dependencia física, y la supresión abrupta de la droga puede entonces causar convulsiones o incluso la muerte. En dosis adecuada disminuye las reacciones emocionales y la ansiedad sin perturbar la percepción, el pensamiento o la conducta. En dosis elevadas provocan náuseas, aturdimiento, disminución de la coordinación motriz y pérdida del equilibrio; cuando se suspenden, después de largos periodos de ingestión, causan insomnio e irritabilidad. El uso prolongado dificulta el aprendizaje al ocasionar trastornos en la memoria y confusión mental. Puede presentarse tolerancia a dos semanas de uso continuo. Una sobredosis puede causar la muerte.
--	---	-------------------	---

Cuadro elaborado por la Lic. Mariella García Samayoa, con base en Massün Edith, ***Prevención del Uso Indebido de Drogas***, p. 19-25. Moreno Kena, ***Cómo Proteger a tus hijos Contra las Drogas***, p. 71 - 102 y en Polaino Lorente, Aquilino., ***et. al, Cómo prevenir el Consumo de Drogas.***, p. 133 - 194.

3.5 Síntomas más frecuentes que permiten la detección del consumo de drogas.

3.5.1 ¿Cómo podemos identificar si una persona usa drogas?

Esta lista sobre los signos de abuso y dependencia de drogas puede ser de mucha utilidad siempre y cuando se maneje con mucho cuidado, ya que estar al acecho puede dificultar las relaciones de confianza, que de por sí en ciertas etapas como la adolescencia se hace más distante. Se trata de identificar el posible problema para poder prestar la ayuda necesaria lo antes posible y no de una casería. Las manifestaciones físicas y psicológicas dependerán de cada tipo de droga y de cada organismo, por lo tanto pueden ser muy variables. Sin embargo, hay signos que se han podido observar de forma más generalizada:¹⁶⁸

- Dificultad para hablar. (lenguaje gangoso, reacciones lentas o demasiado platicador).
- Hay desequilibrio al caminar y se observa torpe e inseguro. Disminución o pérdida de habilidades motoras).
- La conjuntiva de los ojos puede estar enrojecida y la pupila dilatada. La mirada de una persona intoxicada tiene una apariencia muy particular. Uso de lentes oscuros para ocultarla.
- Pueden presentarse también desordenes alimentarios (bajar o subir de peso de forma súbita) o digestivos.
- Cambios en la apariencia y desinterés en su higiene personal.
- Sudoración excesiva y aumento en el olor de la transpiración.
- Cambios notables e inexplicables en su comportamiento, en contraste con su comportamiento y personalidad habitual.
- Inquietud.

¹⁶⁸ Cfr. Polaino Lorente Aquilino., *Cómo prevenir el consumo de drogas*, p. 49 – 64.

- Fantasiioso, se refiere a personas o cosas inexistentes.
- Dificultad para concentrarse.
- Dificultad para expresar sus ideas con claridad.
- Cambios repentinos en su rendimiento escolar.
- Pérdida o disminución de interés en sus distracciones habituales.
- Miente con frecuencia.
- Evade preguntas con respecto a sus amigos. Ha dejado a sus viejos amigos.
- Aumentan sus gastos o “pierde” el dinero. Desaparecen objetos del hogar y dinero de la cartera de sus padres o familiares, etcétera.
- Se aísla por largo tiempo.
- Permanece fuera de casa hasta altas horas de la noche sin una razón clara para ello.
- Discuten fácilmente, manifiestan ira e Irritabilidad exageradas y depresión.
- Insomnio o por lo contrario somnolencia.
- Temblores, náuseas y molestias generalizadas.
- Euforia (risas sin motivos).
- Estados de ánimo variables.
- Nerviosismo.
- Puede perderse la noción de riesgo y el tiempo.
- Puede presentarse en algunos casos sedación y evasión. La persona queda como abstraída y ensimismada.
- Deterioro de la relación con otros miembros de la familia.
- Desaparición de fármacos del botiquín.
- Hallazgos de pastillas u objetos como popotes, espejos pequeños, vidrios, jeringas, pegamentos, papel para cigarrillos, etcétera.
- Negación rotunda a la revisión médica.

3.5.2 Que hacer cuando se sospecha del consumo de drogas.

El hecho de que se presente uno o más síntomas no siempre son indicativos de que sea precisamente el consumo de drogas lo que lo esté provocando, los motivos pueden ser diversos.

“Los cambios de comportamiento y de estado de ánimo que son naturales durante la adolescencia a veces pueden confundirse con cambios ocasionados por el consumo de drogas, por ejemplo: la forma de vestirse y de peinarse; lenguaje soez; rebeldía y oposición permanente. Estos cambios pueden ser parte de una crisis de adolescencia normal, pero si se tornan extremos o duran por varias semanas pueden ser señales de uso de drogas”¹⁶⁹

Es por ello, que si se observan uno o varios de estos síntomas, no nos aventuremos haciendo aseveraciones contundentes. Sin embargo, no deberá dejarse a la deriva y lo más adecuado al no estar seguros será el buscar información confiable sobre el tema de la drogadicción. Pero sobretodo, será de gran utilidad interesarse en las cosas que están viviendo nuestros hijos (problemas, intereses, amigos, sentimientos, etcétera), hablar con ellos, escucharlos y haciéndoles saber y sentir que los amamos y aceptamos siempre (aún cuando cometan errores) y que pueden contar con nosotros en todo momento. Ciertamente, esto no se da de un día para otro, es algo que debemos construir día a día. Sé que algunos se preguntarán ¿y si no lo hicimos antes, todo está perdido? Nunca es tarde para ver a nuestros hijos a los ojos y decirles sinceramente que los amamos con el lenguaje no sólo verbal sino también utilizando nuestro lenguaje corporal.

Hacer preguntas directas sobre si se está consumiendo alguna droga puede ayudar. Si la respuesta es no, pero persiste la sospecha, debe mantenerse abierta la vía de comunicación.

¹⁶⁹ Moreno Kena, *Niños, adolescentes y adicciones*, p. 33.

Es muy probable que nuestros hijos o educandos se resistan, pero tengamos presente para no claudicar el ancla del amor, la fe y la perseverancia.

La violencia física o verbal no solucionará absolutamente nada y hacer juicios moralistas, sólo logrará distanciarnos aún más de nuestros hijos o educandos. Ahora bien, partiendo de que cada persona es única e irrepetible y por ende cada familia es única e irrepetible, recurrir a un especialista para recibir apoyo con respecto al manejo de la situación puede ser un buen inicio.

Los profesores pueden ser de gran ayuda con sus observaciones con respecto a nuestros hijos. Preguntarles sobre los amigos con los que se relaciona, si han notado algún cambio importante en cuanto al estado físico o psíquico de nuestros hijos, etcétera.

Si es el profesor el que sospecha, será de gran utilidad que concertará cuanto antes una cita con los padres para exponerle los cambios que ha notado en su alumno de acuerdo a sus observaciones. Nunca precipitarse a hacer un diagnóstico de uso de drogas por parte del alumno.

Desafortunadamente a veces la negación de los padres con respecto a la posibilidad del consumo de drogas por parte de los hijos, no les permite ver con claridad el problema. A veces es más fácil que terceros vislumbren la posibilidad o existencia del problema. “Aún cuando las señales son obvias, generalmente después de que el niño ha estado usando drogas por algún tiempo, a los padres les cuesta trabajo aceptar que su hijo pueda tener algún problema; de manera frecuente reaccionan con enojo, resentimiento, sentimientos de culpa y sensación de que han fallado como padres”.¹⁷⁰

¹⁷⁰ Ídem

3.5.3 Estamos seguros de que hay consumo de drogas. ¿Qué actitud es recomendable que tomemos los padres?

La negación del problema por parte de la familia (en especial de los padres) es una situación muy común. Lamentablemente negar el problema no hace que este desaparezca o se solucione. La mayoría de los familiares admiten que sabían que algo andaba mal desde mucho tiempo atrás, pero que a pesar de que varias señales estaban ahí, no querían verlas.¹⁷¹

Si nuestro hijo está usando drogas, es importante evitar culparse a sí mismo por el problema, eso no nos ayudará en nada. Lo primordial es estar abierto y buscar la ayuda necesaria para que el enfermo pueda resolverlo y la familia aprenda a manejar la situación para ser un auténtico apoyo para quien padece la adicción. “La verdad que, a la postre, descubre la mayoría de las familias es que nadie puede curar la adicción de otra persona. Sólo los adictos pueden hacer eso por ellos mismos... Las familias pueden tener una enorme influencia en la lucha del adicto por su recuperación... Diversos estudios han mostrado que los adictos que se sienten unidos a una familia que los apoya en su recuperación (incluso si la familia es sólo una persona) tienen más probabilidades de mantenerse limpios que aquellos que creen que no le importan a nadie. Las familias en sí deben estar sanas si tienen la esperanza de representar una influencia positiva para su ser querido”¹⁷²

Generalmente abordar este tipo de problemas resulta muy difícil para los padres y los profesores, ya que con mucha frecuencia el hijo o alumno lo niegan rotundamente y tratan por todos los medios y a través de mentiras tan convincentes de hacer creer que

¹⁷¹ Cfr. Conyers Beverly, *op. cit.*, p. 115

¹⁷² Cfr. *Ibidem*, p. 32

realmente no existe tal situación y que ha sido una mala percepción de los padres o profesores.

A pesar de esa necesidad de creer que realmente no pasa nada, los padres y profesores no deben quitar el dedo del renglón, quitándole importancia al problema o eludiéndolo para evitar la tensión que tal situación implica o por miedo de no saber que hacer o que decir. El miedo nos puede paralizar y si no se enfrenta el problema seguirá creciendo como la hiedra invadiendo nuestro jardín.



Es necesario asegurarnos de tener los elementos necesarios para hablar de la situación. “Se debe abordar el problema, preferiblemente a partir de algún dato concreto que ponga de manifiesto claramente la drogadicción”.¹⁷³

Ante todo es recomendable que se mantenga un ambiente sereno en la familia y evitar a toda costa las recriminaciones, las acusaciones y la violencia. Es muy común que ante tal situación nos sintamos muy enojados, pero este no es el momento más adecuado para expresarlo, ya que lo que tratamos de hacer es crear un ambiente de confianza y no de miedo hacia nuestras reacciones por parte de nuestro hijo. Ciertamente es difícil procurar mantenernos equilibrados y tranquilos, pero ¿cómo vamos a pedirle a nuestros

¹⁷³ Polaino Lorente Aquilino, **et. al**, *Cómo proteger a tus hijos de las drogas*, p. 70.

hijos que confíen en nosotros, si lo primero que ven es una falta de dominio o autocontrol en nosotros mismos? Perder el control no nos permitirá analizar la situación de forma objetiva.

“Esto no significa, ni mucho menos que los padres tengan que tener una actitud tolerante en lo que a las drogas se refiere. Por el contrario, una actitud de comprensión no tiene por qué ir acompañada de la menor permisividad. Lo adecuado está en ser muy comprensivos con esa persona, pero drásticos en cuanto a la necesidad, verdaderamente imprescindible, de no volver a consumir drogas”.¹⁷⁴

Es importante mantener firme y muy clara nuestra postura en contra del uso de drogas, apoyando nuestros puntos de vista con razones lógicas y procurando informarle sobre los daños no sólo orgánicos, sino también, sobre todas las repercusiones o consecuencias que conlleva una adicción en todos y cada uno de los aspectos de su vida.

Es recomendable tratar de obtener toda la información posible con respecto al consumo. Por ejemplo: qué drogas ha estado utilizando, en que dosis, con que frecuencia, desde cuando las ha estado utilizando y en que circunstancias.

Ofrecerle nuestro apoyo para que todos obtengan la ayuda profesional necesaria para combatir el problema. En muchos casos los hijos aceptan la ayuda. ¿Y si se niega? A veces no es tan fácil que se deje ayudar ya que no ha hecho conciencia de la complejidad o gravedad de su problema y piensa que él aún lo domina y que cuando quiera dejar la droga lo hará sin problema alguno.

¹⁷⁴ **Ibidem**, p. 72

Ante tal situación los padres no debemos darnos por vencidos y lo mejor será buscar la ayuda profesional que nos oriente sobre como afrontar y manejar el problema aunque nuestro hijo no acepte por el momento ir con nosotros. “Por fortuna, aun si el adicto no está listo para recuperarse, las familias pueden iniciar su propio proceso en cualquier momento. De hecho, cuando la familia empieza a mejorar, la dinámica interpersonal cambia, lo que a menudo despierta en el adicto el deseo de recuperarse”.¹⁷⁵

En estos casos “generalmente, el problema es asumido por el drogadicto cuando la dependencia ha quedado plenamente establecida y cuando llega a ser consciente de las complicaciones que esto le está causando y le va a causar en el futuro”.¹⁷⁶ En este momento la mayoría están dispuestos a aceptar la ayuda.

Entre más miembros de la familia se unan, mayor será la posibilidad de ayudarse y ayudar.

Es fundamental que nuestro hijo asuma su responsabilidad y que comprenda que el problema es suyo y que los demás son sólo sus colaboradores. Pero también es trascendental que los padres comprendamos que el problema es del hijo y evitemos la sobreprotección que tiende a reforzar la idea de que quienes tenemos la responsabilidad del problema somos los padres, ya que esta situación en vez de ayudar entorpece las posibilidades de éxito en la rehabilitación. “Es particularmente trascendente que sea él, y no los padres, quien asuma la responsabilidad que le corresponde y la estrategia que debe seguir en adelante, sin abandonar el problema en manos de los padres, quienes tan solo deben tomar el papel de colaboradores, a la hora de ayudar a su hijo a intentar resolver el problema”.¹⁷⁷

¹⁷⁵ Conyers Beverly, **op. cit.**, 144

¹⁷⁶ Polaino Lorente Aquilino, **et. al**, *Cómo prevenir el consumo de drogas*, p. 74.

¹⁷⁷ **Ibidem**, p.72

Con frecuencia escuchamos la frase que dice “La unión hace la fuerza” y en este caso no es la excepción. Los padres deberán apoyarse mutuamente, participando y buscando acuerdos entre ellos.

Este es un buen momento para revisar las normas de la familia y establecer límites claros apoyados en la firmeza, la constancia y la congruencia.

Los padres tendremos que estar muy atentos al reconocimiento de los logros de nuestro hijo, alentándolo en el duro camino de la rehabilitación. Además, no hay que perder de vista que son muy frecuentes las recaídas y que ante ellas la actitud positiva de los padres y del resto de la familia es vital, ya que las recaídas dejan una fuerte sensación de fracaso e impotencia mezclada con sentimientos de culpa y frustración en el adicto y que si no se manejan adecuadamente pueden ir minando su recuperación. “En estas situaciones son, particularmente frecuentes las depresiones, acompañadas en muchos casos de intentos de suicidio”.¹⁷⁸

3.5.4 ¿Qué actitud es recomendable tomar frente a un alumno que se droga?

Los educadores deberán también cuidar su actitud frente a un alumno que tiene problemas con las drogas.

En estos casos la mejor forma de abordar el problema será también la de evitar recriminaciones, mantenerse tranquilo frente a la situación y acercarse buscando el diálogo amistoso (que incluye un tratamiento gentil y comprensivo que ayude al alumno a

¹⁷⁸ **Ibidem**, p. 77

sentir un ambiente de confianza y sinceridad), que lo invite a expresar el por qué lo hace y tratar de comprenderle, ayudándole a descubrir las causas y los motivos que lo han llevado a consumir y ayudándole a comprender que eso no resolverá sus problemas y que tal situación sólo los empeorará.¹⁷⁹ Es útil también proporcionarle información objetiva sobre las drogas que consume y de los efectos en su salud y las consecuencias que pueden surgir en todos los aspectos de su vida.

Será de gran utilidad ayudar al educando a comprender que hay otras formas para solucionar sus problemas y tratar de convencerle de que necesita ayuda profesional, animarlo a que desee llevar algún tratamiento médico y orientarlo sobre las opciones existentes para llevarlo a cabo.

Estamos concientes de que es muy probable que el educando no se abra inmediatamente al diálogo, pero el educador deberá ser constante en sus intentos (sin hostigarlo) manteniendo los canales de comunicación abiertos y demostrando el deseo sincero de ayudarlo.

Es fundamental que el educando no pierda la confianza en el educador. Si la problemática es grave y el educador no sabe como manejarla, será útil que busque la ayuda necesaria para establecer las acciones adecuadas a seguir. Cuando sea preponderante dar aviso a los padres será necesario buscar que sea él mismo quien hable con sus padres y de no ser así buscar el consentimiento de éste para que el educador pueda hacerlo. El caso es nunca actuar a sus espaldas, ya que la confianza puede verse afectada.

¹⁷⁹ Cfr. Massun Edith, **op. cit.**, p. 43

Ahora bien, por lo general la respuesta a estas situaciones por parte de los padres es negativa y a este respecto el educador deberá invitarlos a cambiar de actitud y ayudarlos para que entren al diálogo con el joven y traten de comprenderlo.

Definitivamente esta no es una empresa sencilla, pero un educador que realmente se interesa en sus alumnos, buscará la forma de ayudarlo en la medida de sus posibilidades. Recordemos que el principal responsable del problema es la persona que consume la droga y que los padres, educadores, médicos, psiquiatras, psicólogos u otros especialistas sólo son colaboradores.

3.5.5 La codependencia en la familia y en los amigos cercanos.

El papel de los padres en especial y de quienes rodeen a la persona en su rehabilitación es fundamental. Pero para ello no hay que perder de vista que “el comportamiento de las familias de los adictos a menudo refleja la propia enfermedad de la adicción. Así como la adicción se caracteriza por la negación, la obsesión por las drogas, la compulsión por consumir y la enfermedad emocional y física, los familiares experimentan negación, obsesión por el adicto, compulsión de controlar al adicto y enfermedad emocional y física. En un sentido muy real, las familias se pueden volver adictas al adicto”.¹⁸⁰ Esta situación es conocida con el nombre de codependencia, que es una enfermedad emocional que se presenta en la familia del adicto y en sus amigos más cercanos con muchísima frecuencia.

Sin embargo, nos parece adecuado aclarar que la codependencia no es exclusiva de quienes se relacionan de forma cercana y prolongada con personas alcohólicas o adictos a alguna otra droga, sino que se presenta también en casos de convivencia

¹⁸⁰ Cfr, Conyers Beverly, *op. cit.*, p. 114

estrecha con seres queridos con alguna discapacidad física o mental ocasionadas por enfermedades crónicas físicas o mentales. Además, como muchas enfermedades la codependencia no respeta edad, sexo ni estrato social.

Podemos encontrar una gran variedad de definiciones, pero nosotros retomaremos la de “Sharon Wegsheider – Cruse, especialista en el estudio y tratamiento de la codependencia y que la define como: Una condición específica caracterizada por preocupación y extrema dependencia (emocional, social y a veces física) de una persona o de un objeto. A veces tan patológica, que afecta todas sus relaciones”¹⁸¹

De forma muy sencilla la codependencia puede expresarse de la siguiente manera:

Codependencia:

**“Te estás ahogando en el mar y pasa
en un instante toda la vida frente a tus ojos;
pero la vida del otro”¹⁸²**

Las vidas de las personas codependientes giran alrededor de otro en forma enferma, ciertamente, han permitido que su vida se vea afectada profundamente por las conductas del otro y se desgasta física y emocionalmente tratando de controlar de forma obsesiva la conducta ajena. Existen para los demás, se olvidan de sí mismos, ignoran sus sentimientos y salud propia, van perdiendo la alegría y acumulando malestar traducido en enojo y tristeza.

¹⁸¹ Barnetche de Castillo María Esther, **et. al, Quiero ser libre**, p. 25

¹⁸² Rosengren John, **Guía de alcohólicos anónimos para jóvenes**, p. 107

La persona con este padecimiento se ve afectada en todas sus dimensiones: física, mental, emocional, social y espiritualmente.

Ya hemos anotado algunos puntos relevantes sobre la enfermedad de la codependencia, pero para conocerla mejor agregaremos otras características comunes.¹⁸³

- Asume la responsabilidad por conductas y sentimientos de otros.
- Dificultad para identificar y expresar sus sentimientos.
- Miedo a la respuesta de los demás hacia sus sentimientos.
- Dificultad para formar y mantener relaciones cercanas.
- Miedo a ser rechazados, lastimados o abandonados.
- Perfeccionismo y elevadas expectativas de sí mismos y de los demás.
- Dificultad para tomar decisiones. Se juzga muy duramente en lo que hace, piensa y dice, por los estándares de otros.
- Tendencia a minimizar, alterar o negar la verdad de cómo nos sentimos.
- Las acciones y actitudes de otros determinan sus reacciones y respuestas.
- Tendencia a poner las necesidades y deseos por encima de las propias.
- El miedo a la ira de los demás determina en gran medida lo que hace y dice.
- Baja autoestima. Se considera sin valor en sí misma.
- Intenta ocultar su vulnerabilidad y evita pedir ayuda.
- Sumamente leales a pesar de que muchas veces esa lealtad sea injustificada y además pueda dañarlo.
- Necesitan ser necesitados para poder relacionarse con los demás.

¹⁸³ Cfr. Barnetche de Castillo Maria Esther, **et. al**, **Quiero ser libre**, p. 28

“La codependencia está diagnosticada como un trastorno mixto de la personalidad, porque incluye aspectos del trastorno de la personalidad por dependencia (DSM[▲] III 301.60) y aspectos del trastorno compulsivo de la personalidad (DSM III 301.40)¹⁸⁴ Cuando los codependientes no reciben tratamiento adecuado, pueden llegar a estados depresivos profundos y estar expuestos a sus consecuencias.

Por todo lo anterior, podemos afirmar la apremiante necesidad de que la ayuda profesional no sólo la reciba el ser querido que padece la adicción, sino todos aquellos miembros de la familia y amigos cercanos que lo aman. Es necesario que reconozcan y reciban el apoyo también.

Muchos pueden hacer la pregunta ¿Por qué yo?, “el problema es de él o ella y no mío”, “Yo no soy el que me drogo”. En cierta forma estas personas tienen razón; él tiene el problema de asumir la responsabilidad de su enfermedad y de su recuperación; pero los familiares y amigos cercanos tiene que asumir su propia enfermedad y recuperación, pues al amar a su ser querido con alguna adicción y al preocuparse por él, casi sin darse cuenta se distorsionan también sus pensamientos y conductas.

Para ayudar a las familias y amigos cercanos de un adicto, hay grupos especializados como por ejemplo el de Al-Anon que cuentan con un programa de tratamiento para ellos. “Toda la familia necesita sanar porque la adicción es una enfermedad familiar.¹⁸⁵” El paso más importante para recuperarse, es reconocer y aceptar la enfermedad.

[▲] DSM (Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales).

¹⁸⁴ **Ibidem**, p. 36

¹⁸⁵ Rosengren John, **op. cit.**, p. 119

Hemos hecho hincapié en la necesidad de que tanto el adicto como la familia y amigos cercanos se atiendan y busquen la recuperación, y para ello, Beverly Conyers expone algunos principios generales que pueden ayudar a los familiares a propiciar el proceso, tanto para sí mismos como para el ser querido que sufre la adicción.

No hay que perder de vista que nadie puede hacer que otra persona se limpie y se mantenga sobria, pues el deseo de cambio y la voluntad deben venir de algún profundo lugar del propio adicto, de lo que muchos llaman tocar fondo. Sin embargo, pueden ayudarnos a propiciar la recuperación.



Esos principios son:¹⁸⁶

- ❖ Buscar información sobre las drogas y sus efectos y apoyo. La prevención a través de la educación resulta imprescindible en nuestros días. Pero también es crucial en el camino a la recuperación, pues conocer y comprender a que nos estamos enfrentando nos ayuda a combatirla planteándonos objetivos realistas en cuanto a la recuperación, evitando así falsas expectativas.

¹⁸⁶ Cfr. Conyers Beverly, **op. cit.**, p.174

- ❖ Brindar apoyo mostrándole al otro que nos importa, dándole aliento, expresándole que lo queremos. Pero para que esa ayuda sea positiva es necesario que la familia se encuentre sana y no caer en la manipulación que ejerce el adicto a través del miedo, la culpa y la lástima que puede provocar en los seres que más lo quieren. Brindar apoyo resulta difícil muchas veces pues los miembros de la familia pueden sentirse enojados, indignados o frustrados. En ocasiones será mejor que algunas familias tomen distancia, en especial cuando la conducta del ser querido con la adicción sea sumamente destructiva y que ponga en riesgo al resto de la familia. Incluso puede tomarse distancia en términos de amor y apoyo. Lo mejor es contar con ayuda profesional y en especial en aquellos casos en donde el adicto es menor de edad.
- ❖ Dejar que las crisis ocurran. Toda acción tiene consecuencias. El ser humano para madurar debe enfrentarse y resolver problemas a lo largo de la vida. Los adictos tienden a la evasión de las dificultades y del dolor que se presentan como retos a superar para crecer. Rehusarnos a los aprendizajes de los retos y de los fracasos es perder una gran oportunidad de crecer y madurar. Las familias no deben ayudar al ser querido con adicción a evitar las consecuencias de sus actos.
- ❖ Evitar facilitar. La distinción entre ayudar y facilitar suele causar mucha confusión en las familias. Facilitar, como se usa en la comunidad dedicada al tratamiento, es toda acción que de alguna manera facilite al adicto seguir consumiendo. Cualquier cosa que hagamos para evitar que el ser querido experimente plenamente las consecuencias de sus actos, de alguna manera estamos facilitando.
- ❖ No reprender, criticar, avergonzar ni rechazar. Muchos adictos sienten odio por sí mismos. Estos sentimientos negativos prolongan muchas veces su adicción. En ocasiones, las familias piensan que si los adictos se sienten bastante mal consigo

mismos querrán cambiar y recuperarse. Sin embargo, es al contrario, tal situación los desalienta, los hace más hostiles. Hay una regla general en las reuniones de los doce pasos “si no puedes ayudar a un adicto, al menos no lo hieras”. La familia debe aprender a manejar su enojo, su indignación y frustración, para lo cual una terapia puede ser de mucha ayuda.

- ❖ Ser coherentes. “Para recuperarse, los adictos deben aprender a funcionar dentro de las fronteras comunes de la sociedad, encontrar su lugar en el mundo cotidiano. Las familias pueden ayudar creando un ambiente coherente, confiable y sensato”.¹⁸⁷
- ❖ Alentar al adicto a buscar tratamiento. Es recomendable evitar tratar de convencer a la persona que esta bajo los efectos del alcohol u otras drogas a buscar ayuda profesional. Es mejor alentarlo cuando la euforia se acaba y cuando los enfermos empiezan a padecer nuevamente los estragos de la intoxicación.
- ❖ Intervención práctica. La mayoría de personas que sufren alguna adicción se resisten a pedir ayuda, pues están cegados por la negación. Aunque las experiencias tarde o temprano lo lleven a buscar ayuda, en muchas ocasiones puede ser necesaria alguna intervención práctica. Estas son actos que detienen el avance del abuso de sustancias, que marcan un viraje de la adicción activa hacia la recuperación. Las intervenciones pueden ser informales, con frecuencia no planeadas, sucesos casuales o formalmente planeados. Quizás no mejoren después de estas experiencias e incluso empeore, pero al menos se rompe con el esquema del comportamiento adictivo y, en potencia, pueden alertar sobre las consecuencias de su consumo. El simple hecho de cambiar de rutina puede

¹⁸⁷ **Ibidem**, p. 186

interrumpir un esquema de abuso de sustancias. Las intervenciones pueden ser de ayuda, pero también es necesario el seguimiento.

CAPITULO IV

IV. LA EDUCACIÓN FAMILIAR EN LA PREVENCIÓN DEL USO INDEBIDO DE DROGAS: El faro, la brújula, el timón y el ancla para no perder el camino.

4.1 La prevención y sus grados.

¿Qué es la prevención?

El verbo prevenir viene del latín *praevenire* que significa tomar precauciones o medidas por anticipado para evitar o remediar un mal.¹⁸⁸ La prevención es por ende la acción de prevenir.

Ahora bien, existen tres tipos de prevención: La prevención primaria, la prevención secundaria y la prevención terciaria.

- La prevención primaria (Aún no consume drogas) Se ocupa de evitar la aparición de una enfermedad. Busca en el caso de las adicciones, evitar el consumo indebido de drogas legales e ilegales.

¹⁸⁸ Lucena Cayuela Nuria (Dirección editorial) *op. cit.*, p. 827.

- La prevención secundaria (ya se ha iniciado el uso indebido de drogas) Busca la detección temprana de los usuarios y la intervención para evitar que la sigan usando antes de llegar a la adicción o dependencia. Aquí podríamos agregar que al detectarlo lo antes posible se busca también evitar que se incremente el problema.
- La prevención terciaria (aquí ya se ha creado la dependencia o adicción). Es el tratamiento médico, -sin embargo, aquí nos parece necesario apuntar que no basta con una atención exclusivamente médica sino que se requiere de un equipo interdisciplinario que brinde un apoyo integral a la persona que padece la adicción y a su familia - y la reinserción social de los adictos rehabilitados. “La prevención terciaria busca impedir las recaídas, luchar contra las secuelas o readaptar al enfermo a la vida social o laboral”¹⁸⁹ Algunos autores sobre el tema de la prevención como Edith Massün afirma que más que una prevención, la terciaria es intentar remediar un mal que no se pudo evitar¹⁹⁰. Ciertamente en ella se intenta corregir, sin embargo, desde el punto de vista de buscar impedir recaídas o disminuir secuelas la convierte en una prevención también.

Como educadores familiares nuestro papel primordial está en la prevención primaria y en la prevención secundaria a través de la educación desde el seno de la familia y para lo cual será de gran apoyo también la colaboración de la escuela. Recordemos que el binomio escuela – familia es fundamental para el mejor logro de los objetivos educativos, claro está, sin olvidar la necesidad de la participación de todos los sectores de nuestra sociedad y del apoyo internacional.

Indudablemente podemos afirmar que no hay nada mejor que la prevención y que la mejor forma de llevarla a cabo es a través de la educación. En muchos países la

¹⁸⁹ Cfr. *Ídem*.

¹⁹⁰ Cfr. Massün Edith, *op. cit.*, p. 55

educación preventiva sistemática aparece cada vez más como la solución razonable, la única viable y efectiva para reducir la demanda y uso indebido de drogas...¹⁹¹



Ahora bien, ¿En que consiste la prevención a través de la educación?

Educación para la prevención va más allá de la mera información sobre las drogas y sus efectos. La información objetiva y clara es evidentemente necesaria y útil para la toma de decisiones, pero no es suficiente. La educación preventiva apunta hacia la persona humana, poniendo especial atención en los motivos o razones que la llevan a consumir alguna sustancia adictiva.

Ya hemos señalado la importancia de que la educación se inicie desde el nacimiento y que tenga continuidad hasta el último día de vida. Hemos apuntado a lo largo de los dos capítulos anteriores, los factores de riesgo más comunes y hemos

¹⁹¹ Cfr. *Ibidem*, p. 57

revisado los posibles motivos por los que una persona puede iniciarse en el uso indebido de drogas y caer preso de la dependencia a ellas.

Todo lo anterior nos permite entrever y reflexionar sobre las raíces de esta problemática, para ir en busca de factores positivos que motiven a hacer cambios significativos en y desde la familia, que ayuden a fortalecer a cada uno de sus miembros, para disminuir la posibilidad de vulnerabilidad al máximo.

En la raíz de toda adicción hay un sentimiento de impotencia que en el adolescente puede tener diversas causas:¹⁹²

- Falta de autoestima.
- Falta o baja tolerancia a la frustración.
- Falta de sentimiento de pertenencia a la familia.
- Comparaciones y competencia constante con hermanos o con los padres.
- Perfeccionismo de los padres y expectativas irreales.
- Cuando hay falta de respeto por parte de los padres y hermanos al invadir el espacio personal, no pudiendo satisfacer su necesidad de privacidad.
- Abandono por parte de uno o ambos padres o pérdida de algún ser querido por lo que el adolescente puede sentirse abatido, aislado y desamparado y empezar a llenar los huecos emocionales con comportamientos que le dañan o en un intento

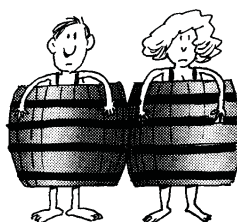
¹⁹² Cfr, Barocio Rosa, *Disciplina con amor para adolescentes*, p. 165

por sentirse querido, aceptado o unido a un grupo de “amigos” iniciar el consumo indebido de drogas, llegar a la promiscuidad, etcétera.

- La sobreprotección, el control excesivo o maltrato (físico o psicológico) por parte de los padres, muchas veces motiva o potencia la rebeldía del adolescente.
- La falta de honestidad por parte de los padres al ocultar secretos familiares, intentando hacer creer al adolescente que “todo esta bien” a pesar de que existen problemas graves en la familia. El chico o chica reconoce la falsedad y esto le causa mucho enojo reprimido que comúnmente se traduce también en rebeldía, lo cual puede llevarlo a buscar para desahogarse comportamientos adictivos. Estamos de acuerdo en que haya toda la honestidad posible, pero hay situaciones en las que los hijos no deben ser involucrados, simplemente por ser cosas que corresponden a la pareja. Puede expresárseles la presencia de un problema y no tratar de aparentar que todo está bien, pero asegurarle que se está intentando resolver. Por ejemplo, la infidelidad de alguno de los padres. La tendencia de algunos padres a involucrar a sus hijos en los problemas de pareja, crean mucha tensión en ellos.
- Cuando uno o ambos padres tienen alguna adicción, el adolescente puede identificarse con ellos y seguir por el mismo camino de la adicción o ir al otro extremo en el cual, al no sentir que pertenece a la familia, la rechaza y se separa de ella.



- Las humillaciones, las burlas y el manejo constante de la culpa hacia los hijos, puede también llevarlos a buscar la puerta falsa de las adicciones.
- Finalmente, también muchos adolescentes recurren a comportamientos adictivos al intentar huir de la confusión que le provoca las disfunciones familiares o el descubrimiento de algún secreto familiar o alguna verdad que no le ha sido correctamente explicada.
- Necesidades básicas insatisfechas.



Así pues, las raíces del proceso adictivo se pueden encontrar principalmente en el vacío que hay en el interior del ser humano; vacío que no ha sido llenado en la infancia; carencias físicas y emocionales que impiden el normal desarrollo integral del niño y el adolescente, que frenan la formación adecuada de su identidad, la cual crece distorsionada o inexistente. Aunado a ello encontramos que el niño y adolescente experimenta muchas veces traumas, heridas y lastimaduras emocionales que producen un dolor tan intenso en él que necesita algo que anestesie en lo posible ese dolor y llene sus carencias. Por otro lado esas carencias y heridas provocan que el niño o adolescente reprima sus emociones a tal grado que llega un momento en que no sabe ni siquiera que las tiene; sin embargo va creando inconscientemente resentimientos que necesitan cubrirse con algo para poder ignorarse y sepultarse en el inconsciente. Otra de las raíces

es vivir dentro de una familia disfuncional y todas las implicaciones que tienen las relaciones insanas.¹⁹³

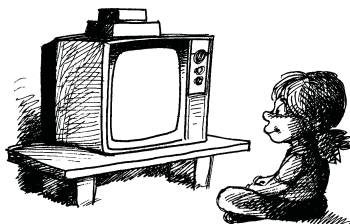
Recordemos que las adicciones no se limitan al uso indebido de drogas, hay una gran variedad de ellas, muchas tan peligrosas como el consumo de drogas y que son cada vez más comunes entre los niños y los adolescentes también, tales como la anorexia, la bulimia, entre muchas otras.

Muchas familias ni siquiera están conscientes de que sus relaciones son insanas o disfuncionales, pues simplemente repiten patrones de comportamiento que se extienden de generación en generación. Sin embargo, en el fondo sienten que las cosas no están bien, pues hay cierto malestar interno, insatisfacción personal que anuncia que algo no esta bien, pero como la disfuncionalidad no permite sentir, se niega, se ignora o se confunde. Como se dice popularmente pero que es una frase que expresa de forma muy clara esa situación es la que dice “muchas veces tenemos al cocodrilo en la sala y simplemente no queremos o no podemos verlo”.

Es por ello que la ignorancia y la negación son unas de las principales limitantes personales. Es hasta que algo sumamente fuerte sacude a la familia, cuando alguno de sus miembros se percata de que las cosas no están funcionando bien o cuando en el mejor de los casos por algún motivo se identifican con experiencias de otras personas o con alguna información recibida de forma inesperada, despertando la necesidad de un cambio. A este respecto, también habremos de reconocer que la televisión mexicana promueve programas que permiten o acercan a su auditorio a conocer o reconocer diversos problemas y sus consecuencias personales, familiares y sociales. Como por ejemplo: “Diálogos en confianza”, entre otros, que son transmisiones que por lo general intentan sensibilizar e informar acerca de una diversidad de problemas comunes en nuestra sociedad y que ofrecen algunas alternativas de instituciones de apoyo para la evaluación, atención y recuperación. Muchas personas, se han identificado con otras que

¹⁹³ Cfr. Barnetche de Castillo Maria Esther, **et. al**, *Libre de adicciones*, p. 157.

exponen en estos programas sus problemas, se reconocen en ellas, haciéndose conscientes y abriendo así la posibilidad de búsqueda de apoyo. Sabemos que la televisión es un medio de comunicación masiva con un alto impacto social, lamentablemente la mayoría de las veces, sus contenidos no son formativos, sin embargo, hay que reconocer que hay algunos programas que pueden resultar muy positivos. Por tanto, vale la pena apoyar a todas aquellas instituciones como por ejemplo “A favor de lo mejor” que busca influir, promoviendo acciones que permitan mejorar la programación y sus contenidos.



El hecho de que un sólo miembro de la familia sea el que ejerza un cambio rompiendo los patrones de conducta, puede ser un buen inicio para la recuperación, ya que a través de esa ruptura puede provocarse una crisis que ayude al resto de los miembros a visualizar sus problemas, debilidades o carencias y motiven el descubrimiento de sus fortalezas y oportunidades de mejora personal, familiar y social.

Quizás lograr ese primer paso y que todos los miembros se integren a un proceso de ayuda lleve un largo tiempo, lo que si podemos afirmar es que mientras uno de ellos, no sólo se de cuenta, sino que acepte e inicie un proceso de ayuda adecuada, que modifique sus patrones negativos de conducta, ayudará a romper el círculo vicioso dentro de las relaciones familiares.



4.2 Aspectos que deben considerarse en la acción preventiva del uso indebido de drogas:

El narcotráfico y el uso indebido de sustancias se han incrementado mundialmente y con ello sus consecuencias como por ejemplo la creciente ola de violencia y las enfermedades relacionadas al uso indebido de drogas como el síndrome de inmunodeficiencia adquirida, etcétera; que ya ha cobrado miles de vidas.

Sabemos que el problema del narcotráfico, el narcomenudeo y el consecuente tráfico de armas proviene en gran medida de la corrupción de un gran número de autoridades. Lamentablemente aquellos que no se prestan a apoyar la corrupción, se ven obligados a través de amenazas a renunciar de inmediato a su cargo o a correr el riesgo de ser asesinados, tanto ellos como sus familias. En diversos estados de la república mexicana y cada vez con mayor frecuencia se han llevado a cabo una serie de ejecuciones relacionadas con la delincuencia organizada.



Los intereses que mueven al narcotráfico son enormes y van más allá de lo meramente económico, por lo que la situación es bastante delicada. “La comunidad internacional atribuye especial importancia a la reducción de la demanda y la oferta de drogas ilícitas y la prevención de su consumo. La reducción de la oferta incluye la lucha contra el tráfico ilícito internacional de drogas. Las iniciativas para prevenir el uso indebido de drogas van de desalentar el uso de drogas, evitando así la dependencia involuntaria, a ayudar a quienes hacen uso indebido de esas drogas a dejar de hacerlo.”¹⁹⁴

Las sustancias legales como el alcohol, el tabaco y un gran número de medicamentos (usados con o sin recetas médicas y de forma indiscriminada) son objeto de fuertes ganancias para quienes los producen, anuncian y distribuyen.



Para ello es necesario considerar los siguientes aspectos: Es imprescindible que se disminuyan al mismo tiempo la oferta y la demanda, pues, “la experiencia internacional ha demostrado que de nada sirve luchar contra el tráfico ilegal si no se toman al mismo tiempo las medidas necesarias para reducir la demanda de las drogas.”¹⁹⁵

Para ello se requiere del apoyo de un amplísimo y fuerte tejido social coordinado para prevenirlo y combatirlo. La lucha contra las adicciones nos atañe a todos (cada miembro de las familias, comunidad escolar, empresarial, a los tres ordenes de gobierno - federal, estatal y municipal-, instituciones privadas y también a la comunidad internacional)

¹⁹⁴ www.un.org/youth, *La juventud y las Naciones Unidas*, p. 1

¹⁹⁵ Massùn Edith, *op. cit.*, p. 56

y por tanto hacer consciencia del papel que cada uno de nosotros puede y debe desempeñar para reducir en la medida de lo posible este problema, ya que sabemos que sería una utopía pensar en que se pueda erradicar totalmente. Es por ello, que los objetivos a alcanzar deben ser realistas y tener en cuenta que quizás se requiera de varios años para empezar a ver los resultados.



“El objetivo general de la prevención del uso indebido de drogas sería entonces, según una formulación de la UNESCO: evitar o reducir el uso indebido de drogas buscando la reducción de la incidencia y la gravedad de los problemas individuales y sociales vinculados con el uso indebido de sustancias.”¹⁹⁶ La educación debe ayudar a formar personalidades fuertes, fomentando en cada persona conocimientos (objetivos y claros), desarrollando habilidades y actitudes que promuevan la consecución de una vida plena.

Se han manejado a través de los años diversos enfoques de prevención del uso indebido de drogas. El más reciente es el llamado modelo geopolítico - estructural que nace del análisis y comprobación de que los modelos “importados” de países industrializados son ineficaces para América Latina. Este modelo no sólo busca atender

¹⁹⁶ **Ibidem**, p. 57

los aspectos individuales, sociales y culturales que rodean a la persona, sino que pretende además responder con métodos y materiales propios para dar soluciones de acuerdo a las problemáticas que se presentan según la ubicación geopolítica. Presupone que América Latina se encuentra en una zona de influencia geopolíticamente definida, y que esta situación determina las características del problema de la droga y las respuestas que requiere para su solución.¹⁹⁷

Así pues, como raíces en México, podemos incluir de acuerdo a este enfoque las situaciones de pobreza extrema, el analfabetismo, la falta de empleo y la migración, la explotación de los campesinos, etcétera. El 26 de junio de 2008, La Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito celebró el “Día Internacional contra el Tráfico Ilícito y el Consumo de Drogas.”[♦] Ahí la coordinadora del área de Reducción de la Demanda de la UNODC de Colombia, María Mercedes Dueñas Tobón, “señalo que particularmente en la región latinoamericana uno de los factores para caer en el consumo de drogas es la pobreza”, añadiendo también, “No estoy diciendo que por ser pobre la persona necesariamente sea afectada por las drogas, pero sí genera situaciones de riesgo y vulnerabilidad permanente porque muchos de los jóvenes no tienen acceso a la escuela, hay desestructuración familiar, falta de empleo, falta de oportunidades”.¹⁹⁸ Es imprescindible reconocer la necesidad de que se tengan condiciones de vida aceptables y opciones de elección.

Por lo tanto, este enfoque nos parece muy acertado y puede servir como base para estudiar de forma muy cuidadosa las propuestas de legalizar o no las drogas en México, ya que muchos de los fundamentos se basan en los resultados de otros países como en el caso de Holanda, que de ninguna manera corresponde a las necesidades y situaciones que enfrenta nuestro país. Las condiciones son totalmente distintas. “Es esencial que los programas estén adaptados al contexto social y cultural y que haya una cooperación

¹⁹⁷ Cfr. *ibidem*, op. cit., p. 63

[♦] Aquí asumimos que la UNODC se refiere al uso indebido de drogas.

¹⁹⁸ www.un.org/spanish UNODC *Celebra jornada contra el tráfico y uso de drogas*, p. 1

efectiva entre los diversos enfoques. Con tal fin, las iniciativas y medidas nacionales para luchar contra el tráfico ilícito de drogas deben ser plenamente apoyadas y reforzadas a nivel regional e internacional.”¹⁹⁹

4.3. Factores de protección para la prevención desde la familia.



Al reflexionar en todo lo expuesto anteriormente, podemos afirmar que muchas de las raíces de las adicciones pueden ser evitadas o reducidas en y desde la familia.

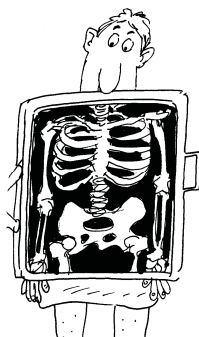
La mayoría podemos preguntarnos ¿Cómo puedo colaborar para la prevención de las adicciones?

¹⁹⁹ www.un.org/youth, 26 de junio de 2008, *La Juventud y las Naciones Unidas, Uso Indevido de Drogas*, p. 1

Todos somos educadores y educandos en algún momento, cada uno de nosotros podemos enseñar o aprender algo de los demás todos los días; Incluso nuestros hijos o alumnos por pequeños o jóvenes que sean pueden y muchas veces nos aportan aprendizajes significativos.

Las acciones que se sugieren a continuación no son nuevas, es lo que ya sabemos, pero que siempre es necesario que alguien nos lo recuerde. Así pues, con lo que respecta a nuestro trabajo como educadores familiares en la prevención, será ayudar a los padres e hijos a recordar algunos aspectos importantes para la educación de sus hijos, motivarlos y guiarlos para que puedan llevarlos a cabo.

Para ello, es necesario colaborar **para que cada uno de ellos se conozcan mejor a sí mismos y a los demás**, a descubrir sus fortalezas y sus carencias personales y familiares, apoyarlos para que las hagan conscientes y para que reconozcan la necesidad de hacer algunos cambios positivos desde ahora, a favor de sí mismos, de sus familias y por tanto de la sociedad.



Sabemos que en la educación no hay fórmulas, pero si aspectos generales que pueden apoyar la consecución de un mayor crecimiento personal, familiar y por ende social.

En el capítulo número uno de este trabajo puntualizamos las características de la familia educadora que sin duda son elementos que pueden apoyar la prevención, sin embargo, retomaremos algunas y ampliaremos otras, buscando acciones más efectivas desde la familia. Cabe señalar que estas sugerencias no acotan las posibilidades de acción como primeros responsables de la educación.

❖ **Reflexionar y plantear un proyecto educativo** para los hijos basado en un sistema de valores, creencias y una filosofía de vida.²⁰⁰ Este aspecto es fundamental, revisar nuestros conceptos de persona, de educación, de libertad, de amor, fe, etcétera es de mucha utilidad, pues de acuerdo a ellos podremos plantearnos nuestros objetivos en cuanto a la formación de nuestros hijos. ¿Qué es lo que quiero para mis hijos? Quiero que sean hombres y mujeres.....capaces de.... ¿Qué debo hacer para que logren ser....? Etcétera. Cada uno tenemos expectativas para ellos, lo importante es que éstas sean realistas y respetuosas.



²⁰⁰ Enlace, **op. cit.**, p. 92

- ❖ **La armonía conyugal proporcionando a los hijos seguridad emocional.** En caso de que alguno de los padres este ausente, será positivo asegurarse de que el hijo cuente con la figura paterna de su mismo sexo, con la que pueda identificarse y desarrollar su propia identidad y personalidad. Fomentar entre los miembros lazos familiares impregnados de afecto con un justo equilibrio con la disciplina.



Fomentar la convivencia familiar con diversas actividades, además que el tiempo que se les dedique a los hijos sea exclusivamente para ellos, especialmente en la situación actual en la que muchos padres y madres se ven en la necesidad de trabajar largas jornadas, limitando el posible tiempo de convivencia.



.....

- ❖ **El manejo adecuado de la autoridad** en la familia, que permita el desarrollo del autocontrol de los hijos, a través del establecimiento de una disciplina con reglas claras y límites precisos.

Es imprescindible evitar el autoritarismo, manipulación, sobreprotección, atropello, inconsistencia, permisivismo indulgente, negligente o abdicación. Deberá cuidarse al educar, el acuerdo entre ambos padres basados en su proyecto educativo, evitando contradecirse uno al otro frente a los hijos y así evitar confusiones en ellos y hasta la posible manipulación de los mismos. Estar siempre disponibles, interesados y pendientes de las necesidades de nuestros hijos sin caer en la sobreprotección o control excesivo.



Controlar el enojo antes de corregir: Cuando estamos enojados muchas veces tendemos a decir o hacer cosas que pueden lastimar a nuestros seres queridos. Por lo que debemos aprender a controlarlo. Cada uno de nosotros necesitamos conocernos y saber en que momento es preferible tomar un momento para calmarnos y buscar la mejor solución. De esta manera estaremos ayudando a nuestros hijos a que aprendan a controlarse también.



Establecer y aplicar normas claras contra el uso indebido de drogas. El ejemplo de los padres es fundamental. “si uno consume alcohol, cigarrillos y/o fármacos, disminuir o eliminar el propio consumo en forma visible”²⁰¹ Si tenemos algún problema con alguna sustancia, será mucho más formativo que nuestros hijos nos vean esforzarnos para erradicarla, hacerles ver las grandes dificultades y los costes de tal adicción en la salud, en la economía, etcétera. No se trata de escondernos en el baño para que no nos vean, tarde o temprano la incongruencia saldrá a la luz.



Dentro de la familia será muy útil establecer reglas específicas con respecto a la prohibición del uso de drogas en el hogar y las consecuencias de que tales reglas se rompan.



²⁰¹ Llabres Carlos Guillermo, **op. cit.**, p. 37

❖ **Fortalecer la autoestima.** “Las ideas sobre nosotros mismos desempeñan un papel fundamental en la determinación de nuestro rumbo en la vida. Si creemos que somos valiosos y capaces, probablemente tomemos decisiones y aprovechemos oportunidades que favorezcan nuestro bienestar. Si creemos que no valemos la pena o que siempre nos va mal, probablemente tomemos decisiones que hagan realidad esas ideas.”²⁰² Por tanto, es imprescindible enseñarles a nuestros hijos a que se valoren.



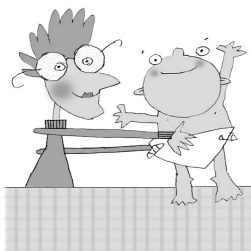
Aceptar a los hijos tal como cada uno es (aunque no se acepte alguna de sus conductas), y amarlos incondicionalmente con sus defectos y virtudes. “Reconocer y aceptar su individualidad, es decir, su temperamento, sus gustos, sus elecciones”.²⁰³ Evitar comparaciones con uno mismo, con los hermanos o con los amigos, ya que éstas los lastiman profundamente.



²⁰² Conyers Beverly, **op. cit.**, p. 85

²⁰³ Barocio Rosa, **Disciplina con amor para adolescentes**, p. 170.

Demostrarles afecto a través del *manejo adecuado de caricias* (tanto físicas como emocionales). Las caricias son fundamentales para el sano desarrollo físico y psicológico de la persona humana e incluso de muchos otros seres vivos. Está comprobado que los niños que son acariciados amorosamente se desarrollan mejor que aquellos que carecen de caricias. Abrazar, decir “Te amo”, “Eres muy importante”.



Reconocer los esfuerzos y los logros por pequeños que parezcan y además motivar para que se planteen nuevos objetivos.



Se reforzará la autoestima haciendo observaciones a las acciones y no a ellos como personas, por ejemplo si el hijo miente no debe calificarse a la persona como “mentirosa”, en su lugar hay que calificar el acto, “lo que dijiste es una mentira”. Evitar etiquetar.



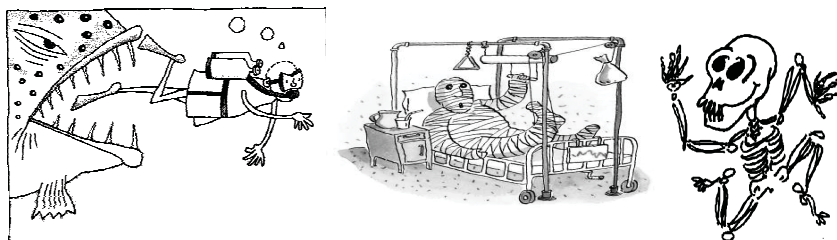
Interesarnos por todas las cosas que les gustan a nuestros hijos, conocer a sus amigos, la música que disfrutan, sus programas favoritos sus puntos de vista, mostrar interés en sus actividades deportivas, escolares y en sus pasatiempos también.



- ❖ **Comunicación y comprensión.** Observar, escuchar y hablar respetando la persona del hijo, su individualidad. El buen establecimiento de la comunicación ayuda a fomentar la confianza en sí mismo y hacia los padres. Permitir que el adolescente se exprese y tomar en cuenta sus opiniones.

Es imprescindible hablar con los hijos sobre las drogas, sus efectos y consecuencias personales, familiares y sociales. Es fundamental alertarles de la existencia de enganchadores y de los procedimientos que éstos utilizan para fomentar el consumo y elevar sus ganancias.

Es importante que la información sea objetiva (evitar las exageraciones) y de acuerdo a la edad de los hijos. Expresarles constantemente y de diversas maneras que nos interesan y que los amamos. Hemos apuntado con anterioridad que muchas veces el adolescente inicia el consumo como un acto de rebeldía, es por ello que consideramos que es necesario dejarles muy claro de forma muy amorosa pero firme que una situación así realmente nos dolería mucho porque los amamos, pero que el daño y el sufrimiento de todas las consecuencias, a pesar de que nos pueda doler profundamente a nosotros, es para él o ella y que ellos tienen el poder de decidir entre estar bien auténticamente o elegir el aparente y además muy corto bienestar que le ofrecen las drogas.



❖ **Fomentar apego a la escuela y ayudar a adquirir buenos hábitos de estudio.**

Presentar a la escuela como una oportunidad de hacer amigos, aprender cosas que son útiles en la vida diaria y el puente para llegar a ciertas metas. Muchas veces nuestros hijos arrastran carencias en el manejo de hábitos de estudio, lo cual les hace más difícil el estudio de algunas materias, lo que los lleva a perder el interés.



Es indispensable enseñar a los hijos a esforzarse por lo que desean y a esperar la gratificación. Evitar darle a los hijos todo lo que piden y en el momento que lo piden les ayuda a formar una personalidad fuerte. Ayudarles a formar tolerancia a la frustración, que aprendan a manejar la desilusión y animarlos a sobreponerse y seguir adelante.



❖ ***Fomentar que sean nuestros hijos quienes resuelvan sus problemas***, hacerles saber que estamos disponibles para ayudarles cuando sea necesario. Enseñarles a que se responsabilicen de sus actos, que asuman las consecuencias e invitarlos a corregir o resarcir los daños en caso de ser posible. Esta capacidad va de la mano de la habilidad para tomar decisiones y que debe procurarse desde que los hijos son pequeños, de acuerdo a su edad y circunstancias.

✓ **Capacidad para tomar decisiones.**

- Obtener información objetiva.
- Análisis de la información conseguida.

- Evaluar las consecuencias de tomar una u otra decisión.
- Llevar a cabo la decisión tomada.
- Asumir las consecuencias de los actos.
- Y aprender de los resultados obtenidos.



❖ **Fomentar actividades sanas y recreativas.** Hemos mencionado con anterioridad que el aburrimiento y el ocio mal usado pueden llevar a nuestros hijos al consumo de drogas. “El ocio mal empleado facilita el camino de la drogadicción”.²⁰⁴ Por lo que habremos de motivarlos a participar en actividades deportivas que les permita canalizar su energía, actividades culturales y recreativas como la pintura, la música, el baile, el teatro, etcétera que apoyen al adolescente en su necesidad de expresarse.



²⁰⁴ Polaino Lorente Aquilino, et. al, *Cómo prevenir el consumo de drogas*, p. 102.

Está comprobado que la práctica de actividades deportivas, religiosas y culturales son un factor importante, de ahí, la importancia de fomentarlas en los hijos.”²⁰⁵ La persona humana para alcanzar su plenitud requiere no sólo de alimentar su cuerpo, su mente, sus emociones y las relaciones con las demás personas humanas; el hombre es también un ser espiritual (con inteligencia y voluntad) y por tanto debe responder a ello también. “El hombre es por naturaleza y por vocación un ser religioso. Viniendo de Dios y yendo hacia Dios, el hombre no vive una vida plenamente humana, sino vive libremente su vínculo con Dios”²⁰⁶



Acercarlos a la naturaleza. Los campamentos puede ser una muy buena opción que además les permite hacer viajes cortos que les ayudan a madurar, a crecer en libertad.²⁰⁷ Pero además será de gran utilidad que los padres busquen participar con los hijos en algunas de sus actividades. Ayudarles a manejar el tiempo libre sin saturarlos de actividades, pues cuando esto sucede ya no se aprovechan ni se disfrutan y acaban por ser rechazadas.

²⁰⁵ www.conadic.gob.mx. Secretariado Técnico del Consejo Nacional de Adicciones., **Prevención de Adicciones**, p. 6.

²⁰⁶ Pliego Ballester María., **op. cit.**, p. 125

²⁰⁷ Cfr. Barocio Rosa, **Disciplina con amor para el adolescente**, p. 171.



❖ **Es imprescindible también respetar su privacidad y sus cosas.**

Proporcionarles un espacio propio, sabemos que muchas veces no se cuenta con el espacio físico para que cada uno de los hijos tengan una habitación propia en casa, sin embargo, si podemos proporcionarles por ejemplo un cajón propio en el cual pueda guardar sus cosas íntimas y en el cual sólo él o ella tendrán acceso.



❖ ***Ayudar a los hijos a manejar la presión del grupo:*** Este es sin duda un factor de protección al cual los padres tenemos que estar muy atentos. Hemos apuntado con anterioridad que en la adolescencia el grupo tiene una gran influencia, por lo que ayudarles a distinguir lo que es la auténtica amistad será muy positivo. Sin hacer reproches directos sobre los “amigos”, aprovechar sus programas favoritos o sus películas favoritas para iniciar alguna conversación y

preguntarles sus opiniones al respecto de la amistad, preguntarles su opinión con respecto a casos de adicciones que se ven con frecuencia entre los cantantes, actores y muchas otras figuras públicas. La amistad es una virtud que urge desarrollar en la adolescencia. David Issacs, la describe como “el llegar a tener con algunas personas, que ya conoce previamente por intereses comunes de tipo profesional o de tiempo libre, diversos contactos periódicos personales a causa de una simpatía mutua, interesándose, ambos, por la persona del otro y por su mejora”²⁰⁸ Aquí hay que resaltar a los hijos que un amigo es aquel que se interesa por él y busca su bienestar y mejora.



Ayudar a nuestros hijos a decir “sí” o “no” de acuerdo a lo que piensa, siente y quiere y no por la presión de terceros.

La falta de tolerancia a la frustración, a la incomodidad y al sufrimiento evita que formemos personas fuertes capaces de afrontar la vida adecuadamente. En la vida real existe una serie de alegrías pero también de sinsabores, ayudar a nuestros hijos a ver los tropiezos y el dolor como parte de la vida de las cuales podemos aprender también, es una tarea que nos corresponde enseñar sin demora. Para ello es fundamental evaluar nuestra propia percepción del fracaso y del sufrimiento. Aquí podríamos aprender y

²⁰⁸ Isaacs David, *La educación de las virtudes humanas*, p. 455.

fomentar el optimismo como una virtud necesaria en nuestros días ante los problemas de nuestra sociedad.



❖ **Acercamiento de los valores y virtudes a través del ejemplo congruente.**

Hemos escuchado o leído un sin número de veces sobre la crisis de valores y hemos sido testigos muchas veces de sus consecuencias.

Ayudar a que nuestros hijos conozcan los valores y comprendan su importancia es imprescindible. La violencia, los asesinatos, el suicidio, las adicciones, la destrucción de nuestro hábitat, la corrupción, el creciente ataque a la familia, el aborto, el abandono, el maltrato, la infidelidad, las conductas depravadas como la pornografía, el abuso sexual. El creciente narcotráfico, el robo, la explotación laboral, etcétera. Son todas consecuencias de la falta de valores y virtudes. Con el estandarte de la tolerancia y de ser felices a toda costa hemos llegado a lo intolerable, llegando a la conclusión de que es al contrario, cada vez hay más vacío existencial, soledad, angustia, depresión, estrés, etcétera. Es urgente recuperar los auténticos valores; las cosas realmente valiosas como lo son Dios, la vida, la naturaleza, la familia, la salud, la verdad, entre otros.



Cuando los hijos han aprendido, elegido valores comprometiéndose con ellos y han desarrollado virtudes firmes, les será mucho más fácil decir “**NO**” al consumo de alcohol y otras drogas. “El hombre tal como es se plenifica en el hombre tal como podría ser si se realizara su naturaleza. La virtud es la planificación de la bondad potencial que hay en nosotros, <<convierte al hombre en prudente, discreto, sagaz, cuerdo y sabio, valeroso, moderado integro, feliz, digno de aplauso, verdadero, es decir, un gran hombre en todo”²⁰⁹

Una virtud requiere de las otras para vivirse de forma plena. “San Gregorio aseguraba que la prudencia no es verdadera si no es justa; ni es perfecta la templanza si no es fuerte, justa y prudente; ni es íntegra la fortaleza si no es prudente, templada y justa; ni es verdadera la justicia si no es prudente, fuerte y templada.”²¹⁰ Es decir, es una cadena y cada eslabón deberá ser cuidadosamente tejido.

Algunas de las virtudes que pueden ayudar a evitar el consumo indebido de drogas son sin lugar a dudas: la fortaleza, la templanza y en la Fe sobrenatural.

La **Fe** (latín fides, fe confianza). Creencia en una cosa no basada en evidencias o argumentos racionales. Creencia en verdades religiosas reveladas, que orienta el pensamiento y acción.²¹¹ Los programas de rehabilitación más importantes o reconocidos como lo es por ejemplo: Alcohólicos Anónimos (**AA**), hacen hincapié en la necesidad de creer en una Poder Superior. en la cual apoyarse para la recuperación. Alcohólicos Anónimos sintetiza su programa de rehabilitación en cinco puntos básicos: Admisión del

²⁰⁹ Díaz Carlos, *Diez virtudes para vivir con humanidad*, p. 12

²¹⁰ *Ibidem*, p. 13

²¹¹ Lucena Cayuela Nuria, *op. cit.*, p. 444

alcoholismo, análisis de la personalidad y catarsis, reajuste de las relaciones interpersonales, dependencia de un poder superior y dedicar tiempo para trabajar con otros alcohólicos para ayudarse y ayudar.²¹² Nosotros consideramos que la Fe es también un factor esencial de prevención de adicciones y no sólo de recuperación.

En la fe -humana y la sobrenatural-, la voluntad mueve al entendimiento a asentir con certeza, sin miedo a equivocarse, basándose en el testimonio y la autoridad del otro. Cuando se trata de verdades y bienes que trascienden la humana capacidad, la inteligencia, precisa de la acción iluminadora del lumen fidei y la voluntad de la moción de la gracia sobrenatural. <<Creer según Santo Tomás – es el acto del entendimiento que asiente a la verdad divina imperado por la voluntad, a la que Dios mueve mediante la gracia>>.²¹³



La **fortaleza** es definida por David Isaacs como la virtud cardinal que en situaciones ambientales perjudiciales a una mejora personal, resiste las influencias nocivas, soporta las molestias y se entrega con valentía en caso de poder influir positivamente para vencer las dificultades y para acometer empresas grandes.²¹⁴ La fortaleza nos mantiene firmes ante las adversidades, es un pilar del cual podemos abrazarnos en el caso de tormentas.

²¹² www.aamexico.org.mx, **Programa de recuperación Alcohólicos Anónimos**.

²¹³ Cfr. Llano Alejandro, *Gnoseología*, p. 65

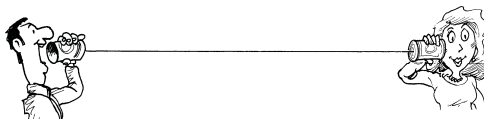
²¹⁴ Isaacs David, *La educación de las virtudes humanas*, p. 456.

La **templanza** es la “virtud cardinal que consiste en moderar los apetitos y los placeres de los sentidos”.²¹⁵ Ante los problemas actuales, hemos mencionado como la influencia del ambiente social invita al hedonismo, a la búsqueda del placer por el placer. La falta de esta virtud puede llevar a las adicciones.

❖ **Fomentar habilidades primordiales para enfrentarse a la vida.** Los padres y demás educadores debemos educar para que nuestros hijos alcancen una vida plena, digna de ser vivida. “Además de una adecuada dosificación de conocimientos sobre y alrededor de la droga, los ejercicios de clarificación de valores, la toma de decisiones en situaciones conflictivas, el desarrollo de la comunicación, de la autoestima y las opciones son otros tantos procedimientos de la educación preventiva del uso indebido de drogas”²¹⁶

✓ **Habilidad de comunicación:**

- Saber comunicarse en forma verbal y no verbal
- Capacidad de escuchar y respetar el punto de vista del otro.
- Expresar opiniones.
- Expresar sentimientos de forma asertiva.
- Empatía.

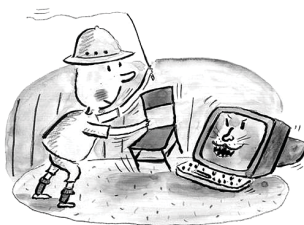


✓ **Capacidad de pensamiento crítico.**

²¹⁵ Lucena Cayuela Nuria, **op. cit.**, p. 970

²¹⁶ Massün Edith, **op. cit.**, p. 87

Descubrir y analizar las influencias negativas que ejercen los medios de comunicación, los pares, etcétera. Aprender a pensar a través de debates, discusiones, dramatizaciones. Los adolescentes aprenden mejor, cuando cooperan activamente en la construcción de su aprendizaje.



✓ ***Manejo adecuado de tensiones y conflictos.***

Los conflictos causan mucha tensión y viceversa, por lo que es primordial aprender a manejarlos efectivamente.

- Conocimientos que fortalezcan la confianza y el aprecio de sí mismos.
- Aprender a controlar las emociones (cólera, etcétera).
- Aprender a negociar los conflictos a través de una comunicación efectiva y el establecimiento de un mínimo normativo a seguir dentro de la familia.
- Aprender a administrar el tiempo, fomentar el pensamiento positivo, y también aprender técnicas de relajamiento.²¹⁷

²¹⁷ Cfr, UNICEF, www.unicef.org, ***Aptitudes para la vida***, p. 2



✓ **Capacidad de manejo de sentimientos.**

- Reconocimiento de los propios sentimientos.
- Autocontrol de las emociones.
- Enfrentar las pérdidas, el sufrimiento y el dolor.
- Aprender a pedir perdón y a perdonar.
- Sobreponerse y seguir adelante.

Todo lo anterior apunta a lograr la formación de personas lo suficientemente fuertes integralmente para que sean capaces de resistir todas aquellas influencias o presiones negativas y optar a través de su inteligencia y la voluntad hacia aquello que les construya y les acerque a su fin último: SER FELIZ.

CONCLUSIONES

- ❖ La familia es el lugar idóneo para educar en la prevención del uso indebido de drogas, pues los primeros responsables de la educación son los padres y porque es ahí donde generalmente se ama y se conoce mejor a cada hijo; sin embargo, es indispensable la colaboración comprometida de la escuela, la empresa y de la sociedad en general. Así pues, la prevención del uso indebido de drogas es responsabilidad de todos.
- ❖ La familia ha experimentado una serie de cambios a través del tiempo. Muchos de esos cambios no siempre han sido positivos; desde hace varios años, se ha desvirtuado el concepto de persona, matrimonio, familia y libertad entre muchos otros, lo que ha motivado una serie de problemas como el aborto, separaciones, divorcios, madres solteras, embarazos no deseados, abandono, infidelidad, etcétera.
- ❖ Es imprescindible fortalecer a la familia como principal motor de prevención del uso indebido de drogas a través de resaltar todas sus bondades y posibilidades, estableciendo criterios educativos que le permitan el logro de una mayor y mejor unión familiar.
- ❖ El manejo adecuado de la autoridad de los padres es un factor indispensable en la prevención del uso indebido de drogas. Para ello es necesario que el educador familiar ayude a los padres a descubrir las posibilidades de la autoridad como

servicio de mejora para los hijos a través del amor y la exigencia comprensiva cuyo fin es acrecentar la autonomía y la responsabilidad para una vida plena.

- ❖ Las adicciones no respetan edad, sexo o nivel socio-económico, sin embargo, la etapa más vulnerable es la adolescencia, siendo los varones los más implicados en esta problemática, aunque se ha registrado un alarmante incremento entre las mujeres.
- ❖ En la adolescencia, la principal influencia para el consumo indebido de drogas son los “amigos”, por lo que hay que ayudar a los hijos a tener un adecuado concepto de amistad, fortalecer su autoestima y desarrollar sus habilidades sociales – comunicación, interés y respeto por los demás, manejo adecuado de tensiones y conflictos, capacidad de pensamiento crítico que le permita distinguir las influencias negativas - entre muchas otras.
- ❖ La educación integral en la familia es la principal y mejor forma de prevención del uso indebido de drogas.
- ❖ Es primordial no reducir la educación a una mera información.
- ❖ La actitud que tomemos los padres y los maestros frente al joven que sufre de alguna adicción es fundamental, ya que de ello dependerá en gran medida la posibilidad de ayudarlo a iniciar un tratamiento de recuperación.
- ❖ La codependencia es una enfermedad que muy comúnmente padece la familia y los amigos más cercanos a la persona que sufre alguna adicción y que retrasan o limitan la posibilidad de recuperación, por lo que es indispensable que la familia o amigos cercanos busquen también el apoyo de un profesional o de un grupo especializado para aprender a manejar la adicción e iniciar su propia recuperación.

- ❖ Las familias en la actualidad se enfrentan a la acelerada revolución tecnológica, por lo que requiere urgentemente de la educación integral que le permita manejar adecuadamente toda la información que recibe.
- ❖ El educador familiar, a menos que tenga una formación especializada para ello, no está capacitado para el tratamiento de las adicciones, Sin embargo, su papel para la prevención primaria y secundaria es fundamental.
- ❖ La educación familiar y la orientación familiar tienen la misma esencia, prestar un servicio de ayuda para el perfeccionamiento integral de la persona humana, que se vea reflejada a nivel personal, familiar y social.
- ❖ Las adicciones se han convertido en un serio problema de salud y de seguridad pública, el cual será muy difícil erradicar en su totalidad por los intereses económicos y de poder que representan para quienes la trafican y la venden, por lo que conviene fijarnos objetivos realistas que no sólo apunten al combate del narcotráfico sino que al mismo tiempo se busque la disminución de la demanda de las drogas.
- ❖ Podemos afirmar que muchas de las raíces de las adicciones pueden ser evitadas o reducidas en y desde la familia.

Para guiarlos en el camino, los padres contamos con fuertes herramientas:

La fuerza de la familia



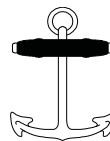
La guía de los objetivos



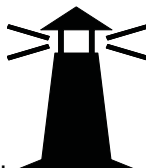
La dirección de una auténtica autoridad



El amor y la perseverancia frente a las dificultades



Y la luz de la FE para llegar a puerto seguro.



Los siguientes instrumentos tienen como objetivo apoyar a los padres y demás educadores a evaluar algunos de los aspectos relacionados comúnmente con el consumo indebido de drogas, con el fin de que puedan identificar o detectar el problema para combatirlo lo antes posible.

ANEXO I

ALCOHOLISMO

Cuestionario de detección de alcoholismo AUDIT (Test para la identificación de los trastornos por consumo de alcohol)²¹⁸

Este test consta de dos partes. En la primera encontramos un cuestionario de 10 preguntas. Sin embargo, en algunos casos el paciente puede estar poco cooperador, o aportar poca información al entrevistador. Por ello se desarrolló una segunda parte que consta de dos ítems relacionados con el consumo de alcohol, cinco preguntas relacionadas con signos clínicos objetivables y un último ítem procedente del laboratorio (niveles de gammaglutamil-transpeptidasa).

Marcar con un círculo el número correspondiente que más se acerque a la respuesta del paciente.

1. ¿Con cuánta frecuencia toma usted una bebida alcohólica?

- (0) Nunca.
- (1) Una vez al mes o menos.
- (2) De dos a cuatro veces al mes.
- (3) Dos o tres veces a la semana.
- (4) Cuatro o más veces a la semana.

²¹⁸ OMS., *Décima revisión de la clasificación internacional de las enfermedades (CIE 10)*., p. 75.

2. ¿Cuántas copas de bebidas alcohólicas toma usted el día que típicamente considera que ha estado bebiendo? (Cuantificar el número de consumiciones normales*).

(0) 1 ó 2
(1) 3 ó 4
(2) 5 ó 6
(3) 7 a 9
(4) 10 ó más.

3. ¿Cuántas veces ha bebido usted 6 ó más copas?

(0) Nunca
(1) Menos de una vez al mes.
(2) Por lo menos una vez al mes.
(3) Por lo menos una vez a la semana.
(4) A diario o casi diariamente.

4. ¿Cuántas veces, durante el último año, se ha considerado incapaz de beber una vez que ha comenzado a hacerlo?

(0) Nunca
(1) Menos de una vez al mes.
(2) Por lo menos una vez al mes.
(3) Por lo menos una vez a la semana.
(4) A diario o casi diariamente.

5. ¿Cuántas veces, durante el último año, ha dejado de hacer lo que normalmente se esperaba de usted a causa de la bebida?

(0) Nunca
(1) Menos de una vez al menos.
(2) Por lo menos una vez al mes.
(3) Por lo menos una vez a la semana.
(4) A diario o casi diariamente.

6. ¿Cuántas veces, durante el último año, ha necesitado por la mañana una copa para sentirse capaz de hacer su trabajo después de haber bebido mucho el día anterior?

- (0) Nunca
- (1) Menos de una vez al mes.
- (2) Por lo menos una vez al mes.
- (3) Por lo menos una vez a la semana.
- (4) A diario o casi diariamente.

7. ¿Cuántas veces, durante el último año, ha tenido sentimiento de culpa o remordimientos después de beber?

- (0) Nunca
- (1) Menos de una vez al mes.
- (2) Por lo menos una vez al mes.
- (3) Por lo menos una vez a la semana.
- (4) A diario o casi diariamente.

8. ¿Cuántas veces, durante el último año, ha sido usted incapaz de recordar lo que sucedió la noche anterior por haber estado bebiendo?

- (0) Nunca
- (1) Menos de una vez al mes.
- (2) Por lo menos una vez al mes.
- (3) Por lo menos una vez a la semana.
- (4) A Diario o casi diariamente.

8. ¿Se ha lesionado usted alguna vez, o ha dañado a otra persona, a causa de haber bebido?

- (0) Nunca

(2) Sí pero no en el último año.

(4) Sí, durante el último año.

10. ¿Alguna persona pariente, amigo, médico o profesional sanitario, le ha explicado los problemas originados por la bebida o le ha sugerido que debería dejar de beber?

(0) Nunca

(2) Sí pero no en el último año.

(4) Sí, durante el último año

AUDIT: Preguntas y signos “clínicos”

Antecedentes de traumatismo.

1. ¿Ha tenido alguna lesión craneal después de los 18 años?

2. ¿Ha tenido alguna fractura ósea después de los 18 años?

Examen clínico

3. Inyección sanguínea de la conjuntiva

(0) No existe

(1) Leve

(2) Moderada

(3) Intensa

4. Vascularización anormal de la piel

(0) No existe

(1) Leve

(2) Moderada

(3) Intensa

5. Temblor de las manos

- (0) No existe
- (1) Leve
- (2) Moderada
- (3) Intensa

6. Temblor de la lengua

- (0) No existe
- (1) Leve
- (2) Moderada
- (3) Intensa

7. Hepatomegalia

- (1) No existe
- (2) Leve
- (3) Moderada
- (4) Intensa

8. Valor de **GOT** (este valor puede variar según el método elegido para la determinación, y los valores normales varían según el sexo y la edad del paciente).

- (0) inferior al normal (0 – 30IU/U)
- (1) Superior al normal (30-50IU/U)
- (3) Muy anormal (>50IU/U).

Puntuación: de acuerdo con los datos obtenidos en el estudio de validación una puntuación de 8 o superior en el cuestionario AUDIT se considera como un caso positivo.

En general, las puntuaciones altas en los tres primeros ítems, junto a la ausencia de puntuaciones elevadas en el resto se considera un consumo peligroso de alcohol. Puntuaciones elevadas en los ítems 4 - 6 sugieren la presencia o emergencia de una dependencia de alcohol. Unas puntuaciones altas en el resto de los ítems sugieren un consumo perjudicial de alcohol. Cada uno de estos trastornos se considera elevado cuando la puntuación obtenida es de 5 o superior.

El cuestionario AUDIT no debe ser considerado un instrumento diagnóstico, y tan sólo es un medio de identificación de enfermos con trastornos relacionados con el consumo de alcohol.

ANEXO II

TABAQUISMO

El siguiente cuestionario permite revisar si se ha desarrollado una dependencia a la nicotina.²¹⁹

Cuestionario

1. ¿Cuánto tiempo después de despertar fuma su primer cigarrillo?

Menos de 5 minutos	3
6 a 30 minutos	2
30 a 60 minutos [♦]	1
Más de 60 minutos	0

2. ¿Le cuesta trabajo dejar de fumar en lugares donde está prohibido?

Si	1
No	0

3. ¿Cuál es el cigarrillo que más le cuesta evitar?

El primero de la mañana	1
-------------------------	---

²¹⁹ cfr. Moreno Kena, *Cómo proteger a tus hijos contra las drogas*, p. 80

[♦] En el cuestionario original en este punto aparece de 1 a 60 minutos, lo que nos parece ha sido un error, por lo que siguiendo la lógica del cuestionario lo hemos corregido apuntando 30 a 60 minutos.

Otro	0
------	---

4. ¿Cuántos cigarrillos fuma al día?

1 a 15	1
--------	---

16 a 25	2
---------	---

Más de 26	3
-----------	---

5. ¿Fuma más en la mañana que en el resto del día?

Sí	1
----	---

No	0
----	---

6. ¿Fuma incluso cuando está enfermo y/o en cama?

Sí	1
----	---

No	0
----	---

7. ¿Con que frecuencia le da el “golpe a su cigarrillo?”

Nunca	0
-------	---

A veces	1
---------	---

Siempre	2
---------	---

Si el resultado es de 5 puntos o más, puede considerarse una dependencia a la nicotina.

ANEXO III

TEST PSICOMÉTRICO DE DEPRESIÓN DE HAMILTON²²⁰

Durante el último mes.

1) Humor deprimido, tristeza (melancolía), desesperanza, desamparo, inutilidad:

0- Ausente

1- Estas sensaciones las expresa solamente si le preguntan como se siente

2- Estas sensaciones las relata espontáneamente

3- Sensaciones no comunicadas verbalmente (expresión facial, postura, voz, tendencia al llanto)

4- Manifiesta estas sensaciones en su comunicación verbal y no verbal en forma espontánea

2) Sentimiento de culpa:

0- Ausente

1- Se culpa a si mismo, cree haber decepcionado a la gente

2- Tiene ideas de culpabilidad o medita sobre errores pasados o malas acciones

3- Siente que la enfermedad actual es un castigo

4- Oye voces acusatorias o de denuncia y/o experimenta alucinaciones visuales amenazadoras

3) Suicidio:

0- Ausente

²²⁰ Apud, www.intermedicina.com, Test Psicométrico de Depresión de Hamilton.

- 1- Le parece que la vida no vale la pena ser vivida
- 2- Desearía estar muerto o tiene pensamientos sobre la posibilidad de morir
- 3- Ideas de suicidio o amenazas
- 4- Intentos de suicidio (cualquier intento serio)

4) Insomnio precoz:

- 0- No tiene dificultad
- 1- Dificultad ocasional para dormir, por ejemplo le toma más de media hora el conciliar el sueño
- 2- Dificultad para dormir cada noche.

5) Insomnio intermedio:

- 0- No hay dificultad
- 1- Esta desvelado e inquieto o se despierta varias veces durante la noche en forma espontánea
- 2- Esta despierto durante la noche, cualquier ocasión de levantarse de la cama (excepto por motivos de evacuar)

6) Insomnio tardío:

- 0- No hay dificultad
- 1- Se despierta a primeras horas de la madrugada, pero se vuelve a dormir
- 2- No puede volver a dormirse si se levanta de la cama

7) Trabajo y actividades:

- 0- No hay dificultad
- 1- Ideas y sentimientos de incapacidad, fatiga o debilidad (trabajos, pasatiempos)

- 2- Pérdida de interés en su actividad (falta de interés, indecisión y vacilación)
- 3- Disminución del tiempo actual dedicado a actividades o disminución de la productividad
- 4- Dejó de trabajar por la presente enfermedad. Solo se compromete en las pequeñas tareas, o no puede realizar estas sin ayuda

8) Inhibición psicomotora (lentitud de pensamiento y palabra, facultad de concentración disminuida, disminución de la actividad motora):

- 0- Palabra y pensamiento normales
- 1- Ligeró retraso en el habla
- 2- Evidente retraso en el habla
- 3- Dificultad para expresarse
- 4- Incapacidad para expresarse

9) Agitación psicomotora:

- 0- Ninguna
- 1- Juega con sus dedos
- 2- Juega con sus manos, cabello, etc.
- 3- No puede quedarse quieto ni permanecer sentado
- 4- Retuerce las manos, se muerde las uñas o los labios, se tira de los cabellos

10) Ansiedad psíquica:

- 0- No hay dificultad
- 1- Tensión subjetiva e irritabilidad
- 2- Preocupación por pequeñas cosas
- 3- Actitud aprensiva en la expresión o en el habla
- 4- Expresa sus temores sin que le pregunten

11) Ansiedad somática (Signos físicos concomitantes de ansiedad tales como: Gastrointestinales: sequedad de boca, diarrea, eructos, etc. Cardiovasculares: palpitaciones, cefaleas. Respiratorios: hiperventilación, suspiros. Frecuencia de micción incrementada. Transpiración):

- 0- Ausente
- 1- Ligera
- 2- Moderada
- 3- Severa
- 4- Incapacitante

12) Síntomas somáticos gastrointestinales:

- 0- Ninguno
- 1- Pérdida del apetito pero come sin necesidad de estímulo. Sensación de pesadez en el abdomen
- 2- Dificultad en comer si no le insisten. Solicita laxantes o medicación intestinal para sus síntomas gastrointestinales

13) Síntomas somáticos generales:

- 0- Ninguno
- 1- Pesadez en las extremidades, espalda o cabeza. Dorsalgias. Cefaleas, algias musculares. Pérdida de energía. Fatiga
- 2- Cualquier síntoma bien definido

14) Síntomas genitales (tales como: disminución de la libido y trastornos menstruales):

- 0- Ausente

- 1- Débil
- 2- Grave

15) Hipocondría:

- 0- Ausente
- 1- Preocupado de si mismo (corporalmente)
- 2- Preocupado por su salud
- 3- Se lamenta constantemente, solicita ayuda

16) Pérdida de peso:

- 0- Pérdida de peso inferior a 500 gramos en una semana
- 1- Pérdida de más de 500 gramos en una semana
- 2- Pérdida de más de 1 kilogramo en una semana

17) Perspicacia:

- 0- Se da cuenta que esta deprimido y enfermo
- 1- Se da cuenta de su enfermedad pero atribuye la causa a la mala alimentación, clima, exceso de trabajo, virus, necesidad de descanso, etc.
- 2- No se da cuenta que está enfermo

Si el puntaje es igual o mayor de 10 el resultado es positivo como diagnóstico de depresión

Bibliografía:

Williams, JB., *A Structured Interview Guide for the Hamilton Depression Rating Scale.*, Archives of General Psychiatry, American Medical Association, August 1988, Vol. 45, Num. 8, pp. 742-747.

ANEXO IV

CODEPENDENCIA²²¹

El siguiente cuestionario tiene como objetivo identificar la enfermedad de la codependencia. Consta de 36 preguntas a las que se deberá responder a cada una “SI” o “NO”.

- 1) ¿Te comprometes demasiado?
- 2) ¿Te ves forzado a ayudar a otros a resolver sus problemas? (por ejemplo, ¿ofreces consejos que no te piden?).
- 3) ¿Te sientes demasiado responsable de los sentimientos, pensamientos, acciones, necesidades y bienestar de otros?
- 4) ¿Te enorgulleces de crear calma en una situación caótica?
- 5) ¿Tratas de complacer a otros y nunca a ti mismo?
- 6) ¿Te cuesta trabajo expresar sentimientos?
- 7) ¿Tienes dificultad en completar un proyecto? (llevarlo a cabo de principio a fin).
- 8) ¿Tienes dificultad para divertirte?
- 9) ¿Creciste en medio de demasiados “deberías”?
- 10) ¿Tiendes a ignorar problemas y pretender que no existen?

²²¹ Barnetche de Castillo María Esther, **et. al**, *Quiero Ser Libre*, p. 33

- 11) ¿Creciste en una familia problemática, reprimida, químicamente dependiente o disfuncional?
- 12) ¿Sientes que si no eres productivo no vales?
- 13) ¿Te sientes incómodo cuando te alaban o te hacen algún cumplido?
- 14) ¿Te sientes atrapado en las relaciones?
- 15) ¿Quisieras tener más tiempo para ejercicio, aficiones o deportes?
- 16) ¿Dices muy seguido que no tolerarás más ciertas conductas de otros?
- 17) ¿Te sientes a menudo “loco” y te preguntas qué es ser “normal”?
- 18) ¿Te sientes muy ansioso por un cambio o promoción en el trabajo?
- 19) ¿mientes o exageras, cuando sería igual de fácil decir la verdad?
- 20) ¿Buscas constantemente afirmación y aprobación?
- 21) ¿Tienes miedo de tu propia ira?
- 22) ¿Buscas personas “necesitadas” para ayudarlas?
- 23) ¿Tratas de guardar tus sentimientos para ti mismo y “pones buena cara”?
- 24) Cuando flojeas, ¿te excusas?

- 25) ¿Llegas siempre tarde a las citas, reuniones, etcétera?
- 26) ¿Te sientes cansado y sin energía?
- 27) ¿Sientes que si no te llevas bien con tu superior es tu culpa?
- 28) ¿No quieres tomar ningún riesgo?
- 29) ¿Tiendes a gastar el dinero compulsivamente y comer más de lo debido, tomar tranquilizantes, trabajar, fumar o beber demasiado?
- 30) ¿Has perdido interés en el sexo?
- 31) ¿Tienes frecuentes problemas médicos como colitis, úlceras, hipertensión, asma, dolores de cabeza o de espalda?
- 32) ¿Te accidentas frecuentemente?
- 33) ¿Tienes miedo al abandono, a la soledad, al rechazo?
- 34) ¿Crees que puedes salir adelante sin la ayuda de Dios?
- 35) ¿Tiendes a minimizar los problemas, a racionalizarlos y frecuentemente dices: "Si pero..."?
- 36) ¿Te encuentras frecuentemente culpando a otros?

Si se ha respondido afirmativamente a más de cinco preguntas, puede considerarse la existencia de codependencia.

Criterios de diagnóstico:

En los diferentes centros de recuperación para codependientes se utilizan diferentes criterios para hacer el diagnóstico, uno de ellos es el señalado en el DSM III. En este manual se considera la codependencia como un trastorno mixto de la personalidad, que son patrones de mala adaptación, inflexibles y de suficiente severidad, para causar incapacidades significativas, funcionamientos desadaptados y malestar subjetivo.

Timmen Cermak establece un criterio de diagnóstico del trastorno de la personalidad codependiente tomando los puntos más importantes de otros criterios:²²²

- A. Continuamente se pone en riesgo la autoestima tratando de controlar a otros y a sí mismo frente a consecuencias adversas serias.
- B. Tomar la responsabilidad de satisfacer las necesidades de otros, sin tomar en cuenta las propias.
- C. Ansiedad y distorsión de los linderos entre la intimidad y la separación.
- D. Involucramiento en relaciones con personas que tienen trastornos de personalidad, y que son químicamente dependientes, con otros que a su vez son codependientes y con individuos con trastornos de sus impulsos.
- E. Presentan tres o más de los siguientes síntomas:
 - 1. Excesiva negación
 - 2. Contención de las emociones (con o sin explosiones dramáticas).
 - 3. Depresión.
 - 4. Exceso en el “estar alerta”
 - 5. Compulsiones
 - 6. Ansiedad

²²² Barnetche de Castillo María Esther, **et. al**, *Quiero Ser Libre*, p. 36 - 37

7. Abuso de sustancias.
8. Ha sido víctima del abuso físico o sexual.
9. Enfermedades relacionadas con el estrés.
10. Ha permanecido en una relación con un dependiente al menos dos años, sin buscar ayuda externa.

Los codependientes pueden tener otros trastornos que ocurran en forma independiente.

No todo lo que sucede en una familia en donde hay una persona enferma está totalmente ligado a la codependencia o a la adicción, puede haber otros problemas.

FUENTES DE CONSULTA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

1. ALVIRA, Rafael., *El Lugar al que se Vuelve: Reflexiones sobre la Familia.*, EUNSA, Pamplona, 2000, 112 p.
2. BACA BALDOMERO, Enrique., et.al., *Padres y Adolescentes.*, EUNSA., Pamplona., 1972., 152 p.
3. BARNETCHE DE CASTILLO, María Esther., et.al., *Libre de Adicciones.*, PROMEXA., México., 8va. reimpresión., 2004., 241 p.
4. BARNETCHE DE CASTILLO, María Esther., et.al., *Quiero Ser Libre.*, PROMEXA., México., vigésima reimpresión., 1999., 211 p.
5. BAROCIO, Rosa., *Disciplina con Amor* ., PAX., México., 2007., 226 p.
6. BAROCIO, Rosa., *Disciplina con Amor para Adolescentes.*, PAX, México., México., 2008., 211 p.
7. CABELLOS LLORENTE, Pablo., *Autoridad y Amistad con los Hijos.*, MI-NOS., 4ta. Edición., México., 1988., 46 p.
8. CARREÑO GOMARIZ, Pablo A., *Fundamentos de Sociología.*, RIALP, S.A., Madrid, España., 1983., 347 p.

9. CASTILLO CEBALLOS, Gerardo., ***El Adolescente y sus Retos*** (La Aventura de Hacerse Mayor)., Pirámide., Madrid., 2001., 214 p.
10. CASTILLO CEBALLOS, Gerardo., ***Tus Hijos Adolescentes.***, 3ra edición., Hacer Familia., España., 1994., 281 p.
11. CHAVARRÍA OLARTE, Marcela., ***Paternidad y Trascendencia.***, Mi-Nos., México., 1991, 93 p.
12. CHAVARRÍA OLARTE, Marcela., ***¿Qué Significa Ser Padres?.***, Trillas., México., 2000., 124 p.
13. CONYERS, Beverly., ***La Adicción en la Familia (Historias de pérdidas, esperanzas y recuperación).***, PROMEXA., México., 2006., 286 p.
14. CRISPO, Rosina, et.al., ***La Adolescencia: Manual de Supervivencia (Guía para padres e hijos).***, Gedisa., Barcelona, España., 2005., 258 p.
15. CRUZ CRUZ, Juan., ***Metafísica de la Familia.***, EUNSA, Navarra., 1995., 375 p.
16. DIAZ, Carlos., ***Diez Virtudes para Vivir con Humanidad.***, SINERGIA, Salamanca., 2005., 100 p.
17. DÍAZ FERNÁNDEZ, Enrique., ***Autoridad sin Castigo (guía para padres y educadores).***, Trillas., México., 2000., 214 p.
18. ENLACE., ***Las Adicciones y las Disfunciones en la Familia.***, Trillas., México., 1999., 100 p.

19. GARZA CUÉLLAR, Eduardo., ***El Reto de Humanizar (Reflexiones sobre la urgencia de ser persona.,)***Trillas., México., 2008., 224 p.
20. GORDILLO ALVAREZ - VAIDES, María Victoria., ***La Orientación en el Proceso Educativo.***, EUNSA., 4ta. Edición., Pamplona., 1984., 302 p.
21. GUARDINI, Romano., ***La Aceptación de Sí Mismo.***, (Las Edades de la Vida), Librería Parroquial de Clavería, S.A. de C.V., 161 p.
22. IBARRA RAMOS, Ramón., ***Empresa – Familia (Una Relación Constructiva)***., Trillas., México., 2000., 173 p.
23. INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y SERVICIO PARA LA ASESORÍA FAMILIAR., ***Familia y Autoridad.***, Instituto de Educación y Servicio para la Asesoría Familiar S.A., México., 68 p.
24. ISAACS, David., ***La Educación de las Virtudes Humanas.***, MI-NOS., Séptima edición., México., 1991., 462 p.
25. JIMENEZ-OTTALENGO, Regina., ***et.al., Metodología para la Investigación en Ciencias de lo Humano.***, Publicaciones Cruz O. S.A., México., 2005., 90p.
26. JUAN PABLO II., ***Familiaris Consortio*** (Carta de los derechos de la familia), Librería Parroquial de Clavería S.A de C.V., México., 152 p.
27. LAMMOGLIA, Ernesto., ***Las Máscaras de la Depresión.***, Grijalbo., México., 2005., 204 p.
28. LÓPEZ DE LLERGO, Ana Teresa, ***et.al., Quién fui, quién soy, quien seré*** (Una guía para educar las etapas de la vida), Trillas., México, 2003., 138 p.

29. LLABRES, Carlos Guillermo., ***¡SOCORRO! Mi Hijo se Droga ¿Qué hago?.***, Lumen., Buenos Aires., 2004., 79 p.
30. LLANO, Alejandro., ***Gnoseología.***, EUNSA., Pamplona., 1991., 151 p.
31. MASSÜN, Edith., ***Prevención del Uso Indebido de Drogas.***, Trillas., México., 2001., 176 p.
32. MORENO, Kena (coord.), ***Cómo Proteger a Tus Hijos Contra las Drogas.***, Centros de Integración Juvenil, A.C., México., 1999., 193 p.
33. MORENO, Kena (coord.), ***Mujer y Drogas.***, Centros de Integración Juvenil, A.C., México., 2004., 262 p.
34. MORENO, Kena (coord.), ***Niños, Adolescentes y Adicciones.***, (Una mirada desde la prevención), Centros de Integración Juvenil, A.C., México., 2005., 258 p.
35. MUSEN, Paul, **et.al.**, ***Aspectos Esenciales del Desarrollo del Niño.***, Trillas., México., 1986, 391 p.
36. ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD., ***CIE -10 Trastornos Mentales y del Comportamiento*** (Pautas diagnósticas y de actuación en atención primaria), Psicofarma S.A de C.V., México., 2005., 100 p.
37. OLIVEROS F. Otero., ***Relaciones Humanas en la Familia.***, MI-NOS, México, 1999, 223 p.
38. OLIVEROS F. Otero., ***Autonomía y Autoridad en la Familia.***, MI-NOS., México., 2001, 138p.

39. OLIVEROS F. Otero, ***La Libertad en la Familia.***, MI-NOS., México., 1990., 228 p.
40. OLIVEROS F. Otero, ***Qué es la Orientación Familiar.***, EUNSA., 4ta. Edición., Pamplona., 1995., 196 p.
41. OLIVEROS F. Otero, ***Educación y Manipulación.***, MI-NOS., México., 2002., 224 p.
42. POLAINO LORENTE, Aquilino, **et. al.**, ***¿Cómo Prevenir el Consumo de las Drogas?***_(¿Por qué se Drogan Nuestros Hijos?, ¿Cómo Saber si se Drogan?, Tipos de Drogas y sus Efectos, Siempre hay Solución)., Ediciones Palabra, S.A., 5ta. Edición., Madrid., 2001., 250 p.
43. POLAINO LORENTE, Aquilino., ***Familia y Autoestima.***, Ariel., Barcelona., 2004., 361 p.
44. QUINN, Brian. P., (Traducción Ana Barroso Castro)., ***Todo sobre la Depresión.***, Mc Graw Hill., México., 2000., 275 p.
45. QUINTANA, José María (coord.)., ***Pedagogía Familiar.***, Narcea., Madrid., 1993., 221 p.
46. QUINTANILLA MADERO, Beatriz ., ***Personalidad Madura*** (Temperamento y Carácter)., Publicaciones Cruz O. S.A., México., 2003., 133 p.
47. RALUY POUDEVIDA, Antonio., ***Diccionario Porrúa de la Lengua Española.***, Porrúa., México., 1994., 849 p.
48. ROSENGREN, John., ***Guía de Alcohólicos Anónimos para Jóvenes.***, PROMEXA., México., 2006, 237 p.

49. SARRAMONA, Jaume., ***Teoría de la Educación*** (Reflexión y normatividad pedagógica)., Ariel Educación., España., 2000., 272 p.
50. SARTORI, Giovanni., ***Homo Videns*** (La Sociedad Teledirigida)., Taurus., México., 2002., 205 p.
51. SOTO CASTRO, José Benito., ***et.al., Desarrollo Humano I, Somos Adolescentes.***, Trillas., México., 3ra. Reimpresión., 2000., 127 p.
52. VELASCO FERNÁNDEZ, Rafael., ***Las Adicciones, Manual para padres y Maestros.***, Trillas., México., 1997., 279 p.
53. VILADRICH, Pedro Juan., ***La Agonía del Matrimonio Legal.***, EUNSA, 2da. Edición, Pamplona, 1989, 200 p.
54. ZEPEDA PAMPLONA, Víctor A. (Compilador)., ***Interrogantes sobre las Adicciones.***, Universidad de Colima., Colima., 1999., 27 p.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

55. ARANA, José Ignacio., ***Los jóvenes y el Alcohol.***, Libros mc Palabra., 3ra. Edición., 146 p.
56. CASTRO, María Elena, ***et.al., Cómo Educar Hijos sin Adicciones.***, (Desarrolla habilidades para evitar adicciones, violencia y otros riesgos)., Pax., México., 2002., 114 p.

57. GARCÍA HOZ, Víctor (Coord)., **El Concepto de Persona.**, (Tratado de Educación Personalizada)., Rialp., Madrid., 1989., 293 p.
58. GRIFFITH, Edwards., **Alcohol.**, Trillas., México., 2004., 240 p.
59. KORBLIT, Ana L., **Nuevos Estudios sobre Drogadicción** (Consumo e Identidad) Editorial Biblos., Argentina., 2004., 174 p.
60. PUENTES, Mario., **Tu Droga, Mi Droga, Nuestra Droga.**, Lugar Editorial., Buenos Aires., 2004., 142 p.
61. VENTRE, Marta H., **La Drogadicción** (Una Mirada Institucional) Lugar Editorial., Argentina., 2001., 111 p.

DICCIONARIOS Y ENCICLOPEDIAS

62. GISPERT Carlos (Dirección)., **Psicología Juvenil.**, Asesor de Padres, Programa de Información Familiar., Cómo educar a un adolescente., Océano., Barcelona., Tomo II.
63. SANTILLANA., **Diccionario de Ciencias de la Educación.**, Editorial Santillana., México., 1990., II Tomos.
64. LUCENA CAYUELA, Núria, **et. al.**, **El Pequeño Larousse Ilustrado 2003.**, Larousse., México., 2003., 1824 p.

65. PAGINAS WEB:

66. **Tipos de Drogas y sus Efectos.**, www.yosipuedo.gov/drugfree/drugeffects.html.
67. **Cómo Crecer Libre de Drogas: Guía de Prevención para los Padres.**, <http://usifo.state.gov>.
68. **¿Qué es la Adicción a las Drogas?** (2006)., Rogelio Aguirre Bortoni. Monterrey, N.L.
69. **Protocolo de Prevención en Farmacodependencia para el Niño Escolar y el Adolescente.** WWW.col.ops-oms.org.
70. Instituto Nacional Sobre el Abuso de Drogas., **Cómo Prevenir el Uso de Drogas en los Niños y Adolescentes.**, (Una guía con base científica para padres, educadores, y líderes de la comunidad)., NIDA., 2da. edición, versión abreviada., U.S.A., 2004., 49 p.
71. **Violencia Intrafamiliar.** www.violenciaintrafamiliar.cl/mexico/conceptos.php.
72. **La Prevención Integral de las Adicciones en la Infancia.**, www.observatoriosocial.com.at
73. **La Capacitación para la Vida previene la Adicción a Drogas.**, <http://usinfo.state.gov/journals>
74. **Mantengamos a los Niños Libres de Alcohol (2005).**, WWW.alcoholfreechildren.org
75. OEA y Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD)., **Evaluación del Progreso de Control de Drogas 2003 -2004 en México.**

76. **La juventud y las Naciones Unidas. Uso indebido de Drogas.**, www.un.org/youth.
77. **Usan Drogas 208 millones de Personas en el Mundo: ONU.**, Viena, 26 de junio de 2008., www.eluniversal.com.mx.
78. **UNODOC Celebra Jornada Contra el Tráfico y Uso de Drogas.**, www.un.org/spanish/news.
79. **Secretariado Técnico del Consejo Nacional de Adicciones: Prevención de Adicciones.**, www.conadic.gob.mx.
80. **Test Psicométrico de Depresión de Hamilton.**, www.intermedicina.com.
81. **Central Mexicana de Servicios Generales de Alcohólicos Anónimos A.C., Programa de Recuperación.** www.aamexico.org.mx.
82. Ángel Cruz Martínez, **Elevada Disposición de Drogas y Aumento en el Número de Adictos.**, 19 de septiembre de 2008. www.eluniversal.com.mx.
83. **NOTIMEX., Aumentan en 50 % Adictos Crónicos en México.**, 18 de septiembre de 2008. www.eluniversal.com.mx.

PONENCIAS

84. S.E Card. López Trujillo (2004) ***Mensaje a los líderes del mundo.*** III Congreso Mundial de Familias. Centro de Convenciones Banamex, Abril (ponencia).

85. Dr. Horn Wade (2004) ***Matrimonio, políticas públicas y desarrollo humano.***
Congreso Mundial de Familias. Centro de Convenciones Banamex, Abril
(ponencia).

