

# El consumo de sustancias psicoactivas en los adolescentes en tiempos del Covid-19

Alpizar-Jiménez, L. (2021). El consumo de sustancias psicoactivas en los adolescentes en tiempos del Covid-19. *Revista Cultura y Droga*, 26(32), 235-249. <https://doi.org/10.17151/culdr.2021.26.32.11>

Lizzy Alpizar-Jiménez\*

Recibido: 11 de septiembre de 2020  
Aprobado: 12 de mayo de 2021


## Resumen

El presente artículo enfatiza en la dinámica de los adolescentes que son consumidores de sustancias psicoactivas en tiempos de confinamiento a raíz del SRAS-COV-2, conocido como Covid-19, especialmente los que utilizan la vía respiratoria para poder drogarse ya que es un factor de riesgo en caso de ser contagiado. **Objetivo:** analizar la situación de consumo de los adolescentes en la actualidad, donde se vive una experiencia atípica mundial de salud y que obliga a estar más en la casa o lugares menos conglomerados, de manera que provoca un contexto más hostil ante la necesidad y búsqueda de sustancias de consumo y hace más notorios los factores de riesgo tanto personales como sociales. **Metodología:** de tipo cualitativo de estudio y exploración bibliográfica, fundamentándose en fuentes estadísticas tanto nacionales como internacionales. Además, se hace una breve explicación de las reacciones en el sistema nervioso central al momento de consumo y de forma estadística. **Resultados:** se refleja cómo se ha ido incrementando el uso y abuso del tabaco, alcohol y marihuana en las personas jóvenes. **Conclusiones:** se finaliza con recomendaciones de detección del consumo, canales de prevención y búsqueda de ayuda.

**Palabras clave:** adolescentes, consumo, sustancias psicoactivas, sistema nervioso central, factores protectores, factores de riesgo, confinamiento, Covid-19.

---

\* Licenciada en Ciencias de la Educación con énfasis en Orientación Educativa, Máster en Psicopedagogía, Especialista en Intervención Psicosocial y Especialista en Adicciones. Orientadora y profesora universitaria de la carrera de Orientación de la Universidad de Costa Rica. E-mail: [alpizar100@gmail.com](mailto:alpizar100@gmail.com).

 [orcid.org/0000-0002-7311-3802](https://orcid.org/0000-0002-7311-3802). **Google Scholar**



## The consumption of psychoactive substances in adolescents in times of Covid-19

### Abstract

This article emphasizes the dynamics of adolescents who are consumers of psychoactive substances in times of confinement as a result of SARS-COV-2, known as Covid-19, especially those who use the airway to get high, since it is a risk factor in case of being infected. **Objective:** to analyze the consumption situation of adolescents today, when a global atypical health experience is lived that forces them to be more at home or at less crowded places, in a way that causes a more hostile context in the face of need and search of substance use, and makes personal and social risk factors more noticeable. **Methodology:** qualitative type of study and bibliographic exploration based on both national and international statistical sources. In addition, a brief statistical explanation is made of the reactions in the central nervous system at the time of consumption. **Results:** it is reflected how the use and abuse of tobacco, alcohol and marijuana in young people has been increasing. **Conclusion:** The article ends with recommendations for detecting consumption, prevention channels and seeking help.

**Key words:** adolescents, consumption, psychoactive substances, central nervous system, protective factors, risk factors, confinement, Covid-19.

### Introducción

En este mundo tan activo, globalizado, apresurado, lleno de ofertas y demandas, los y las jóvenes de hoy se ven bombardeados de tecnología, información de redes sociales y asumen retos que quizás no se analizan desde una perspectiva de vida de un adulto sino de una necesidad de aceptación de sus pares, y más aún, de una cierta “omnipotencia” de adolescente.

Dina Krauskopf (2014) indica “los grupos de iguales adquieren gran importancia en el proceso de elaboración de identidad durante la adolescencia... con sus iguales

pueden probar sus nacientes recursos y alcanzar posiciones que satisfagan la creciente búsqueda de autonomía” (p. 27).

Uno de esos elementos son las drogas, tomando en cuenta que en el desarrollo evolutivo se presentan factores de riesgo, que, aunque no sean la regla, se determinan como influyentes. Entre estos factores están principalmente: falta de aceptación de sí mismo y seguridad personal, amistades que consumen sustancias, ambientes que son pocos saludables, mala información o creencia de que las drogas no “hacen nada” y “se pueden manejar” o que por ser naturales no causan adicción y que, además, son “curativas” o “relajantes”, pocas o nulas herramientas de comunicación asertiva, metas irreales o no concretas en las diferentes áreas del proyecto de vida, inadecuado proceso de toma de decisiones, familia sobreprotectora o por el contrario, permisiva, y quizás, con herencia de consumo.

En la revista Healthy Children.org en Español (2007) se enfatiza que “Los adolescentes enfrentan desafíos, presiones, estrés, tentaciones e indagan en cerebros que aún no están del todo desarrollados. No es que los adolescentes no hayan tenido el tiempo ni la experiencia para adquirir un sentido amplio del mundo; simplemente, sus cerebros aún no han madurado físicamente (párr. 2) (...) De hecho, algunas partes del cerebro, tal como la corteza cerebral prefrontal (CPF) ubicada justo detrás de los ojos, parece que madura completamente ¡hasta los 24 años de edad! (párr. 6)

Ello conduce a meditar acerca de dos circunstancias, el estado maduracional y socioemocional del joven o la joven, y el estado biofísico del cerebro que está aún en proceso de formación y crecimiento, reconocido como “la fuente de energía” de todo el sistema nervioso central que viene a fungir como el motor de todo el funcionamiento del cuerpo, las reacciones y las emociones, lo cual a la hora del consumo va a verse afectado.

## **Neurociencia y consumo**

Hoy en día, el tabaco y el alcohol son vistos por la sociedad como algo común o “normal” indistintamente la edad del consumidor, a pesar de que la legalidad es para mayores de edad, y se cree que la marihuana por ser considerada en algunos contextos y campos profesionales medicinal, no desarrolla adicción, ni causa daño en la salud; sin embargo, el Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia de

Costa Rica (IAFA) en su folleto informativo acerca de esta sustancia psicoactiva escribe “algunos estudios médicos indican que el consumo regular afecta de manera significativa la memoria y el aprendizaje, su consumo continuo produce apatía, desinterés, afecta el rendimiento laboral y académico” (s. f., p. 1).

Las drogas son “todas aquellas sustancias químicas de origen natural, sintético o semi-sintético que al ser ingeridas por una persona, pueden producir cambios fisiológicos, psicológicos o de la conducta” (OMS, citada por IAFA, 2015, p. 3), se consumen vía oral (fumada o ingerida), genital, esnifada o aspirada, inyectada en músculo o endovenosa, de absorción por los poros o piel.

Estas se dividen en tres clases: las naturales (no significa que sean inofensivas) que provienen de plantas directamente como la marihuana o la reina de la noche (planta conocida y decorativa en Costa Rica), las seminaturales o semisintéticas como la cocaína que es derivada de la hoja de la coca o la codeína, heroína y morfina que se sacan del opio, y las sintéticas que se elaboran en laboratorios legales o clandestinos como las anfetaminas o metanfetaminas, entre otras sustancias cada vez más “novedosas”.

Las drogas ocasionan diversas reacciones en el organismo debido a que alteran el sistema nervioso central y la función neuronal, y según lo que se consuma pueden ser inhibitoras o depresoras al intervenir en todas sus conexiones, de manera que desaceleran las pulsaciones del corazón, la digestión, la respiración y los movimientos motrices. Ellas pueden ser anestésicas como el alcohol, tabaco o los procedentes del opio (orfina, codeína, tabeína, papaverina, noscapina). Por otro lado, están las drogas que estimulan el sistema nervioso central ya que aceleran las pulsaciones del corazón, la digestión, la respiración y los movimientos motrices como lo es el café o la cocaína y sus derivados (pasta base o basuco, base libre o *crack*), y la otra causa es alucinógena, produciendo alteraciones irreales visuales, auditivas, sensitivas, perceptivas, olfativas como los hongos, LSD (dietilamida del ácido lisérgico) como polvo de ángel, ketamina, PCP (clorhidrato de fenciclidina), anfetaminas, pastillas como éxtasis (MDMA que es 3,4 metilendioximetanfetamina), drogas de diseño. Algunas de estas sustancias pueden producir uno o más efectos en el cuerpo, como la marihuana que es depresora o alucinógena a la vez, o la cocaína estimulante y alucinógena, o los aerosoles y cemento de zapatero que es depresor y alucinógeno.

Al respecto, National Institute on Drug Abuse (NIDA) cita:

Las drogas interfieren con la forma en que las neuronas envían, reciben y procesan las señales que transmiten los neurotransmisores. Algunas drogas, como la marihuana y la heroína, tienen la capacidad de activar neuronas porque su estructura química es similar a la de un neurotransmisor natural del organismo. Esto permite que se adhieran a las neuronas y las activen. Si bien estas drogas imitan las sustancias químicas propias del cerebro, no activan las neuronas de la misma manera que un neurotransmisor natural y hacen que se envíen mensajes anormales a través de la red. (2020, p. 15)

En la actualidad, el adolescente tiene acceso a todo lo que el mundo ofrece, correcto o incorrecto para su etapa de desarrollo y su crecimiento, real o no, con un solo clic al internet y redes sociales, el joven obtiene o averigua lo que quiere y en muchas ocasiones se valentona, se cree inmortal y retado a la oferta “tentadora” del consumo; de manera que se incorpora al mundo de las drogas pensando que con ello puede pertenecer al grupo de pares, puede controlar el consumo, comprometiendo sus propias decisiones y proyecto de vida, sin reconocer que está anestesiando, evadiendo o tergiversando el proceso de vivir con sus acciones, sus luchas y consecuencias, indistintamente de cualquier circunstancia, como puede ser el caso más reciente del Covid-19, ya que ese o esa joven se la ingenia tanto para vender como para comprar su consumo, y más aún, si ya ha desarrollado una adicción, en donde su propio cuerpo le pide el suministro de la sustancia.

Es importante recalcar que la dependencia o adicción a sustancias psicoactivas es cuando:

se disminuye o incluso se pierde el control y la voluntad que tiene el usuario sobre el uso de la droga. El usuario ya no opta por consumirla simplemente por los beneficios aparentes; el uso se ha hecho habitual, y las ansias de volverla a usar significan que el usuario siente que el hábito ya no está bajo su control. (Organización Panamericana de la Salud, 2005, p. 12)

Esta situación bioquímica unida a las demandas sociales y factores de riesgo personales como familiares hace que se desarrolle aún más el consumo de sustancias psicoactivas, y que sea más obvia gracias al confinamiento demandado por las autoridades de salud.

## Consumo y estadísticas

Por medio de este artículo cualitativo de reflexión bibliográfica, se hace una breve y general meditación de la edad de inicio de consumo de las personas jóvenes, las principales drogas de consumo y las vías de utilización, de modo que se pueda analizar no solo la situación de salud pública, social y comunitaria sino el agravante que puede generar el consumir drogas vía oral y respiratoria al vincularlo con el contagio del SRAS-COV-2 (Covid-19), a sabiendas que se unen varios factores de riesgo. En el planeta:

[...] 2.5% de la población mundial total y 3.5% de las personas mayores de 15 años consumió cannabis cuando menos una vez por año entre 1998 y 2001. En muchos países desarrollados, por ejemplo Canadá, Estados Unidos y varios de Europa, más de 2% de los jóvenes reportó el uso de heroína, y casi 5% admitió haber fumado cocaína durante su vida. (Organización Panamericana de la Salud, 2005, p. 10)

Veamos de manera específica la situación en Costa Rica, según la última Encuesta Nacional del IAFA sobre Consumo de Sustancias Psicoactivas en Población de Educación Secundaria (2019) la edad inicio de consumo de tabaco para 2018 es de 12,9 en varones y 13,3 en mujeres, lo adquieren en casa de un amigo, pulpería y supermercado. Con respecto, se cita que “en el 2015, un 14,9% de los estudiantes indicaron haber fumado [tabaco] alguna vez en la vida y la prevalencia de consumo en los últimos doce meses o en el último año corresponde un 5,9%” (IAFA, 2016, p. 18).

En Costa Rica un 69,9% de jóvenes alguna vez en la vida han consumido licor desde edades tempranas, según la última encuesta del IAFA (2019) los hombres inician el consumo en edad promedio de 12,6 y 12,9 en mujeres, “la bebida de inicio para un 47% de la población fue la cerveza, con un valor superior en hombres que mujeres (52% y 42,1% respectivamente) (IAFA, 2016, p. 28) ingiriéndola en casa amistades, en supermercado o en un bar.

Además, la marihuana “es la tercera droga de mayor consumo en el mundo y en nuestro país [Costa Rica] ... se señala que los iniciados en el consumo de marihuana reportaron haberla probado fundamentalmente siendo menores de edad, o menor medida, a principios de la mayoría de edad” (IAFA). Según la Encuesta Nacional

del IAFA sobre Consumo de Sustancias Psicoactivas en Población de Educación Secundaria (2019), comparándola con la Encuesta Nacional del IAFA (2016), la edad promedio de consumo en los menores de edad disminuyó, en este momento en varones el inicio de consumo es 13,1 y en mujeres de 13,8 de edad.

Ahora bien, ¿qué ocurre en este momento que vive el país y el mundo entero con la situación del Covid-19 y los adolescentes consumidores? Al revisar investigaciones e informaciones de diversas fuentes nacionales como del IAFA e internacionales como NIDA y del Observatorio Interamericano sobre Drogas (OID) la preocupación mayor no es acerca del aumento o no del consumo al estar en casa y a sabiendas de que hay factores estresores muy fuertes como aislamiento, miedo social ante la pandemia, falta de trabajo o situación económica desagradable, inestabilidad y poca asistencia a clases presenciales, sino de las condiciones de salud de los consumidores y el contacto con el virus del SRAS-COV-2 (síndrome respiratorio agudo severo) (Coronavirus tipo 2) ya que como se detalló, la acción de consumir afecta el sistema nervioso central y por ende a todo su funcionamiento, de manera que el consumidor es una persona en riesgo, bien se ha escuchado en las noticias acerca de los fumadores y los que poseen enfermedades de pulmón por lo que se relaciona con todos los consumidores de tabaco, vapeos y que esnifan la droga, “Fumar aumenta el riesgo tanto de infecciones virales como de infecciones bacterianas ... incurrir en un riesgo de 2 a 4 veces mayor de enfermedad pulmonar neumocócica invasiva, una enfermedad asociada con una alta mortalidad y en general, son más susceptibles a infecciones” (IAFA, 2020, párr. 7); a la vez, en el blog del IAFA (2020) se mencionan las afectaciones de la ingesta del alcohol citando que “debilita el sistema inmunológico. Por lo tanto... debilita la capacidad de su cuerpo para hacer frente a enfermedades infecciosas, incluido el COVID-19” (párr. 2).

Con respecto a otras drogas, según el NIDA (2020), existen preocupaciones sobre la metanfetamina y otras drogas que constriñen los vasos sanguíneos y contribuyen al daño pulmonar y a la hipertensión pulmonar. Los pacientes con antecedentes de consumo de metanfetamina pueden tener un mayor riesgo de complicaciones si contraen COVID-19.

[...] NIDA ha notado que los opioides disminuyen la respuesta respiratoria y las personas que consumen opioides en dosis altas, ya sea bajo la supervisión de un médico o no, a menudo experimentan problemas de salud respiratoria, lo que puede aumentar los riesgos asociados con COVID-19. (p. 3)

Continuando con el cuestionamiento, ¿están los jóvenes expuestos a consumir más sustancias psicoactivas o bebidas alcohólicas en medio de la emergencia por el COVID-19 ya sea por aislamiento, estrés o preocupación?, primeramente hay que recordar que las adicciones indistintamente sean sustancias psicoactivas o comportamentales o psicológicas como se llaman en el DSM V y como se indica en el blog del IAFA (2020), al parafrasear a la OMS, son una “enfermedad física y psicoemocional que crean una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. Se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales” (párr. 1), es decir, son multifactoriales y dependen de muchas circunstancias tales como el acceso, el consumo, los factores personales, emocionales, familiares y comunitarios que pueden convertirse en protectores o de riesgo, de modo que si un joven encuentra en su casa tabaco, alcohol u otras drogas en tiempos donde está solo y más desocupado, va a buscar qué hacer, dándole vuelo a su imaginación y creatividad y así habrá mayor probabilidad de que inicie un consumo; ahora bien, está el otro caso, donde el o la joven antes de la pandemia ya habían iniciado un consumo o ya habían desarrollado una adicción lo que provocará “una bomba de tiempo” debido a que es su propio cuerpo el que está solicitando el consumo y a toda costa buscará la manera de adquirir la sustancia psicoactiva.

Entonces, ¿han cambiado las circunstancias de consumo ya no por socializar o “encajar” con sus pares sino ahora para aliviar las situaciones que causa la emergencia tanto personales como familiares? Hay diversas opiniones al respecto del consumo y del perfil del consumidor, sin embargo si se parte de que la adicción es un proceso biofísico y desarrollo de una enfermedad, no se podría hablar de que el consumo inicial o experimental, ocasional, habitual o adictivo sea solo por causas sociales o emocionales como un “desquite” o justificación para enfrentar una crisis sino es un conjunto de factores personales, biológicos, genéticos, psicológicos, familiares, sociales-comunitarios, únicas en cada individuo, sus condiciones y contextos.

### **El consumo y la vivencia en casa**

El OID (2020) hace referencia a una pequeña encuesta telefónica que se hizo en Canadá con respecto al aumento del consumo de sustancias psicoactivas con relación al confinamiento por el Covid-19. Esta arrojó material interesante para



ser ampliado en otra u otras investigaciones ya que indica que los hombres por aburrimiento aumentaron su consumo y las mujeres por estrés hicieron lo mismo, insumos para poder analizar en el caso de los jóvenes y las situaciones familiares. Ahora bien, ¿qué tan elevada es la posibilidad de que se generen problemas a lo interno de la familia? Sin lugar a dudas, cualquier dependencia va a provocar que el sistema de valores, el comportamiento, el proyecto de vida, la toma de decisiones sean modificadas y con ellas su estilo de vida y entorno, en el que está incluida la familia, unido a ello se genera una codependencia por parte de las personas cercanas ya sea negando la situación, tratando de resolverla a “su modo”, buscando culpables y causales o compartiendo el consumo, circunstancias imprescindibles para prestarle atención.

En este espacio, es necesario, que los miembros de la familia que viven con una persona consumidora o que está iniciando su consumo, se detengan y evalúen ese vínculo con la persona y el desarrollo de la codependencia, ya que ambos casos deben buscar ayuda, y mejor aún, terapia.

La Fundación La Casa de Bill define la codependencia como el ciclo de patrones de conducta, y pensamientos disfuncionales, que producen dolor, y que se repiten de manera compulsiva, como respuesta a una relación enferma y alienante, con un adicto activo o en una situación de toxicidad relacional. Esta se caracteriza por dificultad para establecer y mantener relaciones íntimas sanas, necesidad obsesiva por controlar la conducta de otros, sentimientos de responsabilidad compulsiva por los actos de los demás, profundos sentimientos de incapacidad y vergüenza, autoimagen negativa, entre otros síntomas. (s. f., párr. 1)

En definitiva, el prevenir las adicciones debe ser desde etapas preescolares no solo de manera informativa sino formativa: la elección de amistades, el saber decir “no” o ser asertivo, el tener ocupaciones deportivas, artísticas, culturales, el poseer redes de apoyo, la adquisición de pensamiento autocrítico para forjar su verdadera identidad y sentido de vida, como elementos útiles y factores protectores necesarios para un desarrollo óptimo e integral, que deben fomentarse, primeramente, desde el hogar.

## ¿Qué hacer en casa?

Ciertamente no son recetas que se deben seguir al pie de la letra o con soluciones certeras para cada familia, pero podrían ser de ayuda o de luz para otras ideas:

- Primeramente, dele ejemplo no solo de evitar consumo de drogas lícitas e ilícitas sino de mantener un equilibrio de vida consigo mismo, con el ambiente y con los demás, más a sabiendas de que el país está pasando una situación crítica de salud y económica que nadie se lo esperaba.
- Ponga las reglas claras desde el principio, no las incumpla o modifique a conveniencia. Cada norma siempre tiene una consecuencia beneficiosa o en perjuicio según la posición que se asuma. ¡Así es la vida también!
- No se contradiga con su pareja, todo lo que tenga que discutir y negociar, hágalo en un espacio de pareja.
- Refuerce en todo momento la autoestima de su hijo o hija desde el auto concepto, autoconocimiento, autovaloración, autocontrol, pero sobre todo la independencia y seguridad que su etapa de desarrollo solicita (ni sobreprotección, ni libertinaje).
- Fomente la comunicación. No dude de hablar claro y directo acerca de las drogas, el consumo y las consecuencias.
- Genere espacios de actividades académicas, culturales, deportivas, sociales, espirituales, etc. que sean recursos para mantener en ocupación la mente del joven, fuera de drogas y otros peligros. ¡En tiempos de Covid-19 hay que ser creativos!
- Informe a sus hijos o hijas de los peligros y realidades sociales, partiendo de la edad en la que se encuentran.
- Ensaye con su hijo o hija cómo decir no, a quién recurrir y qué hacer en caso de que corra un peligro de cualquier índole, no solo de drogas.

¿Qué hacer si ya consume o tiene sospechas del consumo? Por ser menor de edad está bajo su tutela como responsable legal, además usted y él o ella deben conocer el Código de la Niñez y la Adolescencia, la Ley Penal Juvenil (ley costarricense) y la ley de Estupefacientes (en Costa Rica), así que puede hacerle un *dopping* (dopaje) o solicitarle que le enseñe sus cosas personales, quizás no va a haber una reacción agradable, pero es para su bienestar. Puede tener sospechas si hay cambios como: uso de pipas u artefactos como encendedores, papелitos, bolsitas, hojitas, etc. que nunca había tenido, si sus manos están manchadas o quemadas, si sus ojos están rojos, las pupilas dilatadas o utiliza gotas para refrescarlos, si su aliento cambió o usa goma de mascar y no lo acostumbraba, si hay sangrado en la nariz y no ocurría, si hubo un cambio drástico en valores, conducta, se enoja con facilidad, presenta nerviosismo o rebeldía (más allá de lo común de un adolescente), muestra comportamiento silencioso, melancólico o apesadumbrado, gusto de música o ropa diferente, si sus amistades cambiaron o no quiere hablar de ellas o que usted las conozca, comportamiento inusual y sospechoso al cerrar con llave su cuarto, gavetas o cajas, si pareciera que oculta algo o no se sabe a dónde anda cuando antes si se sabía, alejamiento de las relaciones familiares y sociales, desinterés por las cosas o actividades que antes la o lo motivaban, despreocupación por su propia persona, falta de higiene, aumento o pérdida de peso, entre otros.

En caso afirmativo, busque ayuda para él, para usted y toda la familia. Recuerde que no sólo el que consume necesita ayuda y apoyo sino también el que está alrededor requiere trabajar su codependencia y reconocer cuál es la forma adecuada de atender a los que están en consumo.

El IAFA (en Costa Rica) atiende en consulta a los jóvenes y sus familias, además, también hay grupos e internamientos de índole privada o sin fines de lucro que pueden ayudar; de esta forma en su país, también lo hay.

El joven tiene una gran capacidad de invención, creatividad y de resiliencia que le va a dar un valioso aporte en esta época de confinamiento, además de lo mencionado, es importante reforzar lo siguiente:

- Autoestima y autocontrol para su búsqueda de identidad y estabilidad emocional
- Independencia, autocuidado e higiene
- Salud física y alimentación
- Capacidad ante la frustración y resolución de conflictos de manera adecuada
- Comunicación asertiva
- Límites y normas claras propias para la etapa de desarrollo en la que se encuentra
- Toma de decisiones en beneficio de proyecto de vida y de los que le rodean
- Manejo tiempo libre con actividades culturales, recreativas, deportivas, sociales y religiosas que le aporten a su desarrollo integral.

La tecnología y las redes sociales también pueden ser un gran aliado, no solo para ideas en tiempo de cuarentena sino de información valiosa y confiable si así lo indaga; en ella se puede ampliar acerca de las drogas, el consumo y sus consecuencias, además de redes y grupos de apoyo tanto para el consumidor como su familia.

Sin lugar a duda, el mundo del adolescente está lleno de sorpresas, maravillas, enseñanzas y aprendizaje que no se pueden minimizar o despreciar, por el contrario, son fuentes de crecimiento para el joven y sus familiares; ¿quién más que él o ella misma desde su proactividad puede ayudar a otros y otras a ser mejor persona y forjar un sentido de vida que conduzca a un desarrollo integral sin necesidad de consumir?

Broke Feldman manifiesta en un reportaje del New York Times (2018): “Mucho más allá de superar mi consumo problemático de sustancias, mi recuperación ha significado recobrar mi identidad esencial. La escuela ha sido uno de los vehículos más poderosos para mi rehabilitación” (párr. 14).

## Conclusiones

De manera conclusiva, ciertamente en tiempos de confinamiento los factores de riesgo personal, familiar, socioemocional, económico y cultural se hacen más visibles e inclusive se incrementan ante la vulnerabilidad experimentada, por lo que los factores protectores deben de reforzarse y estimularse de forma magna.

A pesar de grandes esfuerzos tanto nacionales como internacionales acerca de la prevención, detección, atención y tratamiento del consumo por parte de programas privados y públicos, estos se van quedando atrás ante la diversidad de situaciones que enfrenta la sociedad y comunidad, que conducen a un o una joven a consumir y desarrollar una adicción.

Esta situación definitivamente no es aislada, ni se debe trabajar de esta forma o enfocándose en una sola área de vida o social, debido a que es de índole y de interés social, familiar, político y de salud pública. No se puede tapan el sol con un dedo ya que hay que reconocer que un adolescente que haya desarrollado una adicción al consumo de sustancias psicoactivas esté o no en pandemia, necesitará buscar e ingerir su droga porque como se expone en párrafos anteriores, su cuerpo y cerebro lo solicita. De allí que, es imprescindible que se conozcan no solo los tipos de drogas y su forma de consumo sino las reacciones en el sistema nervioso central, por esta razón es preocupante que el consumidor por vía respiratoria, llámese esnifada o fumada, pueda complicar muchísimo más su estado de salud si se contagia de Covid-19 ya que como bien se sabe, está más propenso a tener problemas respiratorios.

Le invito no solo a reconocer esas reacciones y consecuencias que puede producir el consumo de sustancias psicoactivas sino a ser proactivo y buscar medios de prevención y atención al adolescente que está propenso o ha desarrollado una adicción por falta de factores protectores, que tanto él o ella como el adulto los puede reforzar, y así mejorar el estado de salud física y emocional, por ende familiar y comunitaria.

## Referencias

- Alcohólicos Anónimos. (1993). *Tres charlas a sociedades médicas por Bill W.* Alcoholics Anonymous World Service.
- Becoña, E. (2002). *Bases científicas de la prevención de las drogodependencias.* Ministerio del Interior.
- Centro Bonanova. (S. F.). *La adicción a las sustancias y la codependencia de la familia.* <https://www.centrobonanova.com/adiccion-y-codependencia-familia/>
- Cía, A. H. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 76(4), 210-217. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372036946004>
- Fundación La Casa de Bill. (s .f). La codependencia. [http://casadebill.org/programa\\_comportamiento\\_codependencia.html#:~:text=Qu%C3%A9%20es%20la%20Codependencia,una%20situaci%C3%B3n%20de%20toxicidad%20relacional](http://casadebill.org/programa_comportamiento_codependencia.html#:~:text=Qu%C3%A9%20es%20la%20Codependencia,una%20situaci%C3%B3n%20de%20toxicidad%20relacional)
- González-Salazar, I. D. (2009). Estrategias Cognitivo-conductuales para el manejo del craving. *Ret, Revista de Toxicomanías*, 57, 12-17. [https://www.cat-barcelona.com/uploads/rets/Ret57\\_2.pdf](https://www.cat-barcelona.com/uploads/rets/Ret57_2.pdf)
- Gotí, E. (2000). *La Comunidad Terapéutica, un desafío a la droga.* Nueva Visión.
- Healthy Children Org en Español. (2007). ¿Qué pasa con el cerebro de un adolescente? Healthy Children Magazine. <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Whats-Going-On-in-the-Teenage-Brain.aspx>.
- Hernández, D. C. (2010). Tratamiento de adicciones en Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39, 153 S-170 S. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80619869011>
- Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia. (2015). *Las drogas y sus efectos: proceso de investigación.* IAFA.
- Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia. (2016). *IV Encuesta Nacional sobre Consumo de drogas en Población de Educación Secundaria.* IAFA.
- Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (2019). *V Encuesta Nacional sobre Consumo de Sustancias Psicoactivas en Población de Educación Secundaria.* IAFA.
- Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia. (2020). ¿Qué es la adicción? IAFA Blog. <https://www.iafa.go.cr/blog/que-es-la-adiccion#:~:text=Seg%C3%BAn%20la%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de,%2C%20gen%C3%A9ticos%2C%20psicol%C3%B3gicos%20y%20sociales>.
- Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia. (s. f). *Información sobre Marihuana* (folleto informativo). IAFA.
- Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia. (s. f). *Comorbilidad y Consumo de sustancias.* <https://www.iafa.go.cr/informacion-general-sobre-drogas/comorbilidad-y-consumo-de-sustancias>

- Instituto de Neurociencias & Junta de Beneficiencia de Guayaquil. (s. f.). *¿Qué son las drogas?, las consecuencias de uso*. <https://institutoneurociencias.med.ec/blog/item/845-drogas-consecuencias>.
- Krauskopf, D. (2014). *Adolescencia y Educación*. EUNED. Madrid Salud. (s. f.). *Adicciones sin drogas*. <https://madridsalud.es/adicciones-sin-drogas-i/>
- Martínez, J.F., Martín, A., Valero, M. y Salguero, M. (s. f.). *Síndrome de abstinencia*. Hospital Regional Carlos Haya.
- Momento Centro Terapéutico. (s. f.). *Información sobre adicciones*. <https://adiccionesmadrid.es/adiccio>
- National Institute on Drug Abuse. (2018). *Las drogas, el cerebro y la conducta*. NIDA.
- NIDA, COVID-19. (03 de mayo, 2020). Las posibles implicaciones para las personas con trastornos por consumo de drogas. <https://www.drugabuse.gov/es/about-nida/noras-blog/covid-19-las-posibles-implicaciones-para-las-personas-contrastornos-por-consumo-de-drogas>
- NIDA. (29 de mayo, 2020). Las drogas y el cerebro. <https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/las-drogas-el-cerebro-y-la-conducta-la-ciencia-de-la-adiccion/las-drogas-y-el-cerebro-en-2020>, July 1
- Organización Panamericana de la Salud. (2005). *Neurociencia del Consumo y Dependencia de Sustancias Psicoactivas*. OEA, CICAD, Organización Panamericana de la Salud y OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Neurociencia del consumo y dependencia de sustancias psicoactivas: resumen*. OMS.
- Papalia, D., Feldman, R. D. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. McGraw-Hill/ Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Szalavitz, M. (5 de setiembre del 2018). Siete voces que cuentan cómo superaron sus adicciones en New York Times. <https://www.nytimes.com/es/2018/09/05/espanol/opinion/superar-adicciones-recuperacion.html>