

# El abordaje de las drogodependencias en la familia

**EUSEBIO MEGÍAS VALENZUELA<sup>1</sup>, MIGUEL ÁNGEL RODRÍGUEZ FELIPE<sup>2</sup>, FRANCISCO SABORIDO GÓMEZ<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Médico psiquiatra. Director técnico de la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD). <sup>2</sup>Sociólogo. Subdirector de Estudios y Programas de la FAD. <sup>3</sup>Psicólogo. Jefe del Equipo de Actuaciones con Familias de la FAD.

El presente artículo pretende exponer sintéticamente en qué ámbitos y estrategias se sustancia el importante papel que tiene la familia en relación con la conducta de consumo de drogas o, mejor dicho, con los problemas derivados del consumo de drogas, particularmente por parte de los hijos. Incluimos un relevante apartado construido en clave práctica de recomendaciones o pautas, teniendo en cuenta el destacado papel informativo y de orientación que muchos ciudadanos otorgan a ese gran núcleo de farmacéuticos, que son los que desarrollan su actividad y tienen despacho al público.

## LAS FAMILIAS Y SU FUNCIÓN EDUCATIVA

Comenzaremos por lo más obvio: la familia es fundamental en la infancia

(junto a la escuela, aunque ésta en un segundo orden, a nuestro entender); a partir de la adolescencia, comienza progresivamente a compartir su capacidad de influencia con otras instancias que progresivamente le restarán protagonismo: medios de comunicación, comunidad en general y, sobre todo, el grupo o los grupos de iguales, cuyo papel socializador será muy relevante en esas edades.

El consumo de drogas es un fenómeno extendido y propio de sociedades contemporáneas. El incremento experimentado por el consumo de drogas por parte de adolescentes y jóvenes en las últimas décadas tiene que ver con multitud de factores y elementos interrelacionados, entre los que destacan aspectos vinculados a valores y estilos sociales de vida que favorecen un marco general de comportamientos colectivos asumibles o tolerables, ante los cuales los consumos de drogas no se muestran precisamente como ajenos o contrarios, sino sinérgicos con ellos. Por otro lado, también existen otros aspectos relacionables con las drogas desde el plano del desarrollo personal y el proceso de socialización en las edades críticas del mismo –la adolescencia–, en las que suelen aparecer los primeros

consumos de alcohol, por ejemplo. En esta otra esfera es en la que interviene de modo directo y protagónico (aunque no exclusivo, ni mucho menos) la familia, y en el que se juegan una serie de posibilidades de actuación que favorezcan que dicha influencia sea positiva o adecuada.

## EL ORIGEN MULTICAUSAL DEL CONSUMO DE DROGAS Y EL PAPEL DE LA FAMILIA

Según los modelos teóricos más aceptados en la comprensión del fenómeno del consumo de drogas, éste ha de entenderse como un proceso. El contacto con las sustancias puede tener lugar o no en la vida de un sujeto y, cuando se realiza, se inicia de manera experimental u ocasional para poder pasar (o no) a realizarse con una mayor frecuencia. En todo ese proceso ejercen su influencia un gran número y variedad de factores o circunstancias que pueden hacer más probable (factores de riesgo) o menos probable (factores de protección) el hecho del consumo. Los factores dependen de la o las sustancia(s) consumida(s), de características de la personalidad del consumidor y, en gran medida, del contexto en que el consumo tiene lugar, tanto el cercano como el más social.

La influencia de dichos factores es algo totalmente concreto para cada individuo y depende de cada momento vital del mismo, por lo que no hay dos casos iguales. No obstante, existen numerosísimas investigaciones y literatura al respecto. La influencia de la familia o de los factores que actuarán (positiva o negativamente) sobre el comportamiento del hijo o la hija se ejerce, pues, desde su función educadora, como parte del contexto social (en este caso, cercano), en el que se socializa cada individuo.

aspectos de su desarrollo y su relación con el entorno.

### **LAS POSIBILIDADES DE ACTUACIÓN DE LA FAMILIA DESDE EL PLANO DE LA PREVENCIÓN**

Es amplio el consenso existente entre expertos en la materia con respecto a cuáles son las estrategias o recomendaciones preventivas que fortalecerán los factores de protección. Todas ellas se podrían reunir en gran medida en torno al concepto de estilo educativo,

miento y ajustando a las mismas la conducta de los hijos mediante los pertinentes castigos o premios, siempre en relación con el hecho al que se refieran y, en cualquier caso, desde un marco caracterizado por un afecto incondicional.

- Las estrategias afectivas. Vinculadas a la relación entre los miembros de la familia, persiguen crear un clima familiar de convivencia adecuado, de integración y cohesión positivos. Saber recibir y entregar afecto es fundamental para el desarrollo de los hijos, junto con el resto de elementos que estamos comentando.
- Las estrategias comunicativas procurarán facilitar la fluidez de las relaciones internas y externas a la familia, y también son claves para la socialización de los hijos. En este apartado podemos incluir el ejercicio de un estilo comunicacional asertivo (directo, claro y firme pero, a la vez, respetuoso), no agresivo ni pasivo; la práctica de una escucha activa e inteligente de los mensajes de los hijos, fijándonos no sólo en lo que dicen sino en lo que sienten o parecen sentir al decirlo; saber hacer críticas y recibirlas de modo adecuado, sin aludir a toda la personalidad, sino sólo al aspecto concreto a criticar.
- Las estrategias participativas relacionadas con promover la implicación de la familia en la realidad que la circunda desde posiciones activas y responsables con el entorno próximo y potenciando efectos de actuaciones en otros ámbitos sociales. No sólo se trata de realizar y fomentar actividades saludables de ocio, sino mucho más: padres y madres influyen directamente en la transmisión de actitudes prosociales definidas por la preocupación por lo colectivo; de tal modo que la consecuente plasmación de dichas actitudes en acciones directas de mejora de dicha realidad por parte de los padres son un directo estímulo a los hijos que favorecerá estilos de conducta alejados de la pasividad acrítica y que, por el con-



**LAS ESTRATEGIAS COMUNICATIVAS PROCURARÁN FACILITAR LA FLUIDEZ DE LAS RELACIONES INTERNAS Y EXTERNAS A LA FAMILIA, Y TAMBIÉN SON CLAVES PARA LA SOCIALIZACIÓN DE LOS HIJOS**

Ese papel socializador de la familia le otorga un papel protagonista como impulsora de aprendizajes que favorezcan el desarrollo, el afecto y la seguridad de sus miembros en general y de los hijos en particular. Por otro lado, una inadecuada actuación en ese terreno puede propiciar un marco de injusticias, desarreglos y desequilibrios que pueden entrañar riesgos emocionales para sus integrantes, comprometiendo

de tal modo que un estilo educativo familiar de los hijos que fuese positivo, adecuado o preventivo se basaría en la realización de actuaciones relacionadas con cuatro tipos de estrategias:

- Las estrategias organizativas. Tienen que ver con la estructura de la vida familiar y suponen ejercer adecuadamente la autoridad de los padres, estableciendo normas razonables y dialogadas, velando por su cumpli-

trario, sean más activos y protagonistas de su realidad. La participación de padres y madres en la escuela es un medio cercano y posible de ejercer estas actitudes, sin ir más lejos.

No obstante, más allá de la teoría, es conveniente siquiera dejar apuntadas las dificultades que tienen las familias, en general, para llevar a cabo esas recomendaciones educativas o preventivas. En las últimas décadas, la familia ha sufrido en el mundo occidental profundas transformaciones. La integración de la mujer en el mundo laboral, los cambios demográficos –reducción

de riesgo o de protección, pues reúne muchos elementos que hemos ido definiendo. La combinación del grado de afecto y comunicación y el nivel de control y exigencia dan lugar a cuatro tipos ideales de estilos educativos: democrático, autoritario, permisivo e indiferente o negligente. Son tipos de crianza o educación ideales, creados teóricamente, que sirven para determinar a grandes rasgos ciertos modos de actuar por parte de los padres, aunque en los casos concretos de la realidad lo habitual es tener mezclas de diversos de ellos. En la **Tabla 1** se muestran, sintéticamente,

puede haber una relación directa o indirecta con los consumos de drogas. Estas situaciones provocan, a menudo, una gran sensación de indefensión; en primer lugar por tratar de conseguir su identificación cuando se duda de si corresponden o no a situaciones de consumo de drogas; y en segundo lugar, por no saber cómo abordarlas una vez identificadas.

A partir de este punto trataremos de proponer unas pautas generales que sirvan de guía de actuación ante estas situaciones y que disminuyan esa sensación de indefensión y de falta de

Tabla 1. ESTILOS EDUCATIVOS

	PERMISIVO	DEMOCRÁTICO	AUTORITARIO	NEGLIGENTE
AUTORIDAD	DEFICITARIA, ESCASA, VARIABLE	ADECUADA, FIRME, RAZONADA	EXCESIVA, NO RAZONADA	MUY ESCASA, ARBITRARIA
AFFECTIVIDAD	ANSIEDAD, SOBREPOTECCIÓN, INDULGENCIA	AUTOCONTROL, APOYO	DISTANCIA, IRA, AGRESIVIDAD	ESCASA, FRÍA
COMUNICACIÓN	IRREGULAR, INCONSISTENTE	RECÍPROCA, PARTICIPATIVA	UNILATERAL, PROBLEMÁTICA	ESCASA, INCONSISTENTE

de nacimientos, unido a la prolongación de la vida–, el progreso económico, el avance de la llamada “cultura urbana”, la influencia de los medios de comunicación y otros aspectos relativos a la organización y estructura familiar han evolucionado a un ritmo vertiginoso. La amplia tarea por realizar y la sensación tantas veces repetida, hasta convertirse casi en un lugar común, de que “los niños nacen sin manual de instrucciones” apuntan sin duda a la necesidad de generación de espacios de encuentro, intercambio, formación y apoyo para padres, para ajustar sus expectativas a criterios de realidad, apoyarlos en el ejercicio de sus responsabilidades educativas, fomentar su asunción de la autoridad entendida desde el acompañamiento y la cercanía a los hijos, potenciar el rol de promotores de salud en su familia y comunidad, desde el más amplio sentido del concepto salud.

El estilo educativo general de la familia es, por así decirlo, un gran factor

los elementos más definitorios de cada uno de los estilos educativos mencionados.

### LA FAMILIA ANTE LOS PROBLEMAS DE DROGAS. ORIENTACIONES PARA AFRONTAR EL CONSUMO DE DROGAS DESDE EL ÁMBITO FAMILIAR

Todo lo expuesto sobre prevención familiar, aun en el hipotético e improbable caso de que se realizase siempre correctamente con los hijos, nunca va a garantizar que ellos no cometan conductas de riesgo y, en el caso que nos ocupa, no realicen consumos de drogas. Sobre la personalidad de los hijos y las decisiones que tienen que tomar, como decíamos, influyen, además de la familia, una multiplicidad de factores de otros ámbitos, cuyos efectos no pueden ser contrarrestados por su parte.

En la familia pueden aparecer diferentes tipos de situaciones en las que

seguridad en su abordaje. Consideramos que dichas pautas pueden ser de gran interés para la labor de orientación que frecuentemente realizan los farmacéuticos (al menos quienes trabajan de cara al público) en su quehacer profesional cotidiano.

Es necesario, además, que tanto profesionales como familias conozcan la oferta de recursos y dispositivos existentes en materias de drogodependencias, que proporcionan información, orientación y apoyo, así como tratamiento a las familias y los consumidores.

### ADEMÁS DEL ESTILO EDUCATIVO, ALGUNAS CLAVES PARA LA INFORMACIÓN A LOS HIJOS

La información y, sobre todo, el diálogo, es un instrumento útil en la educación familiar en general. Si el diálogo es frecuente en la vida familiar, no será especialmente difícil abordar asuntos como el de “las drogas”, evitando

estilos de comunicación más directos, unidireccionales o “interrogatorios”.

Además de haber creado un adecuado clima comunicacional, padres y madres deben estar también informados sobre drogas, aunque no tienen por qué ser especialistas en la materia. Para ser pertinente, la información debe cumplir unas exigencias:

- La información debe ser objetiva, veraz y realista.
- Es importante no dramatizar. Recurrir al miedo puede ser ineficaz e incluso contraproducente.
- La información debe estar adaptada a la edad, capacidad de comprensión, experiencia previa y expectativas de los hijos.

Pero la información, por sí sola, aunque es un instrumento al servicio de la prevención, no basta; ni siquiera constituye la base fundamental de la actuación de padres y madres. Para que determinada información influya en la persona, ésta debe englobarse en un proceso activo de aprendizaje.

### LOS CONSUMOS EXPERIMENTALES DE LOS HIJOS Y CÓMO MANEJAR ESAS SITUACIONES

En primer lugar, hay que señalar que no todo consumo de drogas implica necesariamente un problema. Ya hemos visto que el consumo de drogas es un proceso que puede o no realizar-

• Registros, análisis toxicológicos, buscando pruebas o restos del consumo que confirmen esa conducta. Normalmente suponen obtener información rápidamente, pero traicionando la confianza de los hijos, y suponen cuestionar el papel educativo y preventivo de los padres, al provocar rechazo y enfado en los hijos.

• Aconsejamos, en general, el diálogo y la comunicación como instrumentos para obtener información sobre los posibles consumos experimentales en los hijos.

Este procedimiento es más difícil y mucho más costoso que realizar registros o analíticas, pero suele ser un paso más adecuado para abordar estas situaciones y prevenir su continuidad.

## PARA QUE DETERMINADA INFORMACIÓN INFLUYA EN LA PERSONA, ÉSTA DEBE ENGLOBARSE EN UN PROCESO ACTIVO DE APRENDIZAJE

- Se deben resaltar las ventajas de no consumir drogas antes que enfatizar lo negativo del consumo.
- Es necesario responder siempre a las demandas de información, pero no hay que lanzar mensajes continuamente.
- Es importante buscar el momento y el lenguaje adecuados para hablar del tema con los hijos.

se y puede o no continuar en función de muchísimos factores. La adicción o dependencia se establece con una o varias sustancias tras tiempo de consumo.

Cuando existen sospechas de consumo en algún miembro de la familia, se suelen utilizar diferentes procedimientos para obtener información y certeza sobre esta posibilidad.

### LOS CONSUMOS FRECUENTES: EVIDENCIAS Y AFRONTAMIENTO FAMILIAR

La familia tiene un papel muy importante también en las situaciones en las que los consumos de drogas se realizan ya de forma sistemática. Hubiera sido más aconsejable intervenir en etapas anteriores del consumo, ya que evitaríamos su cronicidad, pero también ahora se puede y se debe actuar. Hay una serie de indicios que nos dan pistas sobre posibles hábitos de consumo de drogas cuando ya existe una adicción, pero se debe ser muy cauteloso con etiquetar a alguien como drogado dependiente, ya que es posible equivocarse. Lo primero que debe tenerse en cuenta es que, confirmada la situación, seguramente será complicada y precisará ayuda profesional. No conviene adoptar actitudes de evitación o minimización de la situación problemática; conviene actuar frente a ella y solicitar ayuda.

En relación a esta situación, nos parece conveniente, siquiera de modo esquemático, definir pautas generales para abordar posibles circunstancias relacionadas, aunque son orientaciones muy generales que es preciso acomodar a cada realidad concreta (Tablas 2 y 3).

Tabla 2. PAUTAS PARA ABORDAR LA BÚSQUEDA DE RECONOCIMIENTO DE CONSUMO

CONVIENE EVITAR	ES ADECUADO PROCURAR
<ul style="list-style-type: none"> <li>• DESESPERARSE</li> <li>• CULPABILIZAR Y DRAMATIZAR, “ECHANDO EN CARA” TODO LO QUE SE HA HECHO POR EL HIJO(A)</li> <li>• PERSEGUIR Y VIGILAR CONTINUAMENTE</li> <li>• ACOSAR CONTINUAMENTE CON CRÍTICAS O ACUSACIONES</li> <li>• RENUNCIAR A LA NEGOCIACIÓN Y CASTIGAR</li> <li>• QUITAR IMPORTANCIA A LA SITUACIÓN</li> <li>• DISCUTIR CON EL HIJO O HIJA CUANDO SE ENCUENTRE BAJO LOS EFECTOS DE ALGUNA DROGA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• DIALOGAR CON CERCANÍA E INTERÉS</li> <li>• MOSTRAR DISPONIBILIDAD Y ACCESIBILIDAD</li> <li>• MOSTRAR AFECTO DE MANERA INCONDICIONAL</li> <li>• DEDICARLE MÁS TIEMPO</li> <li>• SER CONSCIENTE DE QUE ESTAMOS ANTE UNA PERSONA CON PROBLEMAS Y NO ANTE “UN PROBLEMA”.</li> <li>• NO OCULTAR LA SITUACIÓN</li> </ul>

**Tabla 3. PAUTAS DE ACTUACIÓN CUANDO NO EXISTE RECONOCIMIENTO DE CONSUMO**

CONVIENE EVITAR	ES ADECUADO PROCURAR
<ul style="list-style-type: none"> <li>• CEDER A CHANTAJES               <ul style="list-style-type: none"> <li>• DISCUTIR VIOLENTAMENTE, AMENAZAR O CHANTAJEAR</li> </ul> </li> <li>• PLANTEAR LA SITUACIÓN DE MODO MANIQUEO: PADRES = BUENOS, HIJO(A) = MALO(A)</li> <li>• AUTOINCULPARSE DE FORMA EXCLUSIVA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• HABLAR, COMUNICARNOS, DIALOGAR</li> <li>• HACERLE VER SU FALTA DE LIBERTAD DE ELECCIÓN               <ul style="list-style-type: none"> <li>• APROVECHAR CUALQUIER POSIBILIDAD DE INICIO DE TRATAMIENTO</li> </ul> </li> <li>• ESTABLECER LÍMITES DE CONVIVENCIA FAMILIAR RAZONADOS Y UNÁNIMES, Y MANTENERLOS               <ul style="list-style-type: none"> <li>• INTENTAR PACTAR COMPROMISOS PEQUEÑOS A CORTO PLAZO</li> </ul> </li> <li>• MANTENER POSTURA FIRME CONTRA EL CONSUMO               <ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTENER LA CALMA ANTE EL SÍNDROME DE ABSTINENCIA</li> </ul> </li> </ul>

En definitiva, todo lo señalado apunta en la misma dirección: colaborar en lo posible en que se produzcan las circunstancias que faciliten el inicio del proceso de solución a la situación definida y, desde ese planteamiento, mostrar actitudes y comportamientos adecuados a tal proceso. Dentro de ese repertorio general de recomendaciones, sin duda una de las más decisivas es saber determinar cuándo la situación desborda a la familia y es conveniente realizar una búsqueda de asesoramiento profesional.

Afortunadamente, en nuestro país existen numerosos recursos específicos en los que se puede diseñar un plan de tratamiento individual en función de las necesidades de la persona afectada. De hecho, el problema normalmen-

teléfonos de información de la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (900 16 15 15) o el de orientación familiar de la Obra Social de La Caixa (900 22 22 29), o la propia página web del Plan Nacional sobre Drogas ([www.pnsd.msc.es](http://www.pnsd.msc.es)). Desde todos ellos es posible acceder a los datos de contacto de los recursos que cada comunidad autónoma o municipio tiene para una atención directa inicial, especializada o derivada.

Si tuviésemos que elegir una conclusión final en lo que respecta al abordaje de los consumos de drogas en la familia, es dejar claro que quizá la manera más adecuada de afrontarlo sea desde el sentido común y la consciencia de que no es seguro que tengamos un problema; pero que,

**ADEMÁS DE HABER CREADO UN ADECUADO CLIMA COMUNICACIONAL, PADRES Y MADRES DEBEN ESTAR INFORMADOS SOBRE DROGAS**

te radica en la falta de conocimiento de la existencia de los mismos o en la mala adecuación de los seleccionados a las necesidades que se tienen. Entre los de acceso más directo podemos mencionar, por citar alguno de ellos, los

en cuanto sepamos con certeza que sí lo tenemos, no dudemos en pedir ayuda, ya que ocultarlo por miedo o cualquier otra razón nunca lo solucionará; al contrario, probablemente lo agravará.

## BIBLIOGRAFÍA

- Becoña E. Bases científicas de la prevención de las drogodependencias. Madrid: PNSD; 2003.
- Becoña E. Bases teóricas que sustentan los programas de prevención. Madrid: PNSD; 1999.
- Bernal A (coord.). La familia como ámbito educativo. Madrid: Rialp; 2005.
- FAD-PMCD de Madrid. Prevención del consumo de drogas en el ámbito familiar. Manual de Prevención. Madrid; 2000.
- FAD. La familia ante los problemas de drogas. Manual de animador. Madrid: FAD; 2008.
- FAD. En familia: claves para prevenir los problemas de drogas. Manual del animador. Madrid: FAD; 2003.
- Fernández JR, Secades R (coords.). Intervención familiar en la prevención de las drogodependencias. Madrid: PNSD; 2002.
- Gimeno A. La familia: el desafío de la diversidad. Madrid: Ariel; 1998.
- Lebow JL, Gurman AS. Family systems and family psychology. En: Bellack A, Hersen M (eds.). Comprehensive clinical psychology. Oxford: Elsevier Science Ltd.; 1998. Vol. 1. pp. 473- 96.
- Marina JA. El laberinto sentimental. Madrid: Anagrama; 1996.
- Megías E (coord.). Hijos y padres: comunicación y conflictos. Madrid: FAD; 2002.
- Megías E (dir.). La percepción social de los problemas de drogas en España. Madrid: FAD; 2004.
- Megías E (coord.). Jóvenes, valores, drogas. Madrid: FAD; 2006.
- Méndez FX. El niño que no sonrío: estrategias para superar la tristeza y la depresión infantiles. Madrid: Pirámide; 1998.
- Rodríguez E, Megías I. La brecha generacional en la educación de los hijos. Madrid: FAD; 2005.