

Jornada de Sensibilización en **PREVENCIÓN DE ADICCIONES**

TRENES ARGENTINOS
CARGAS

oste *Obra Social*
FERROVIARIA

U **unión**
ferroviaria



Antecedentes y contexto de la formación de agentes sanitarios en adicciones por la OSFE



Investigación (2010, 2011).



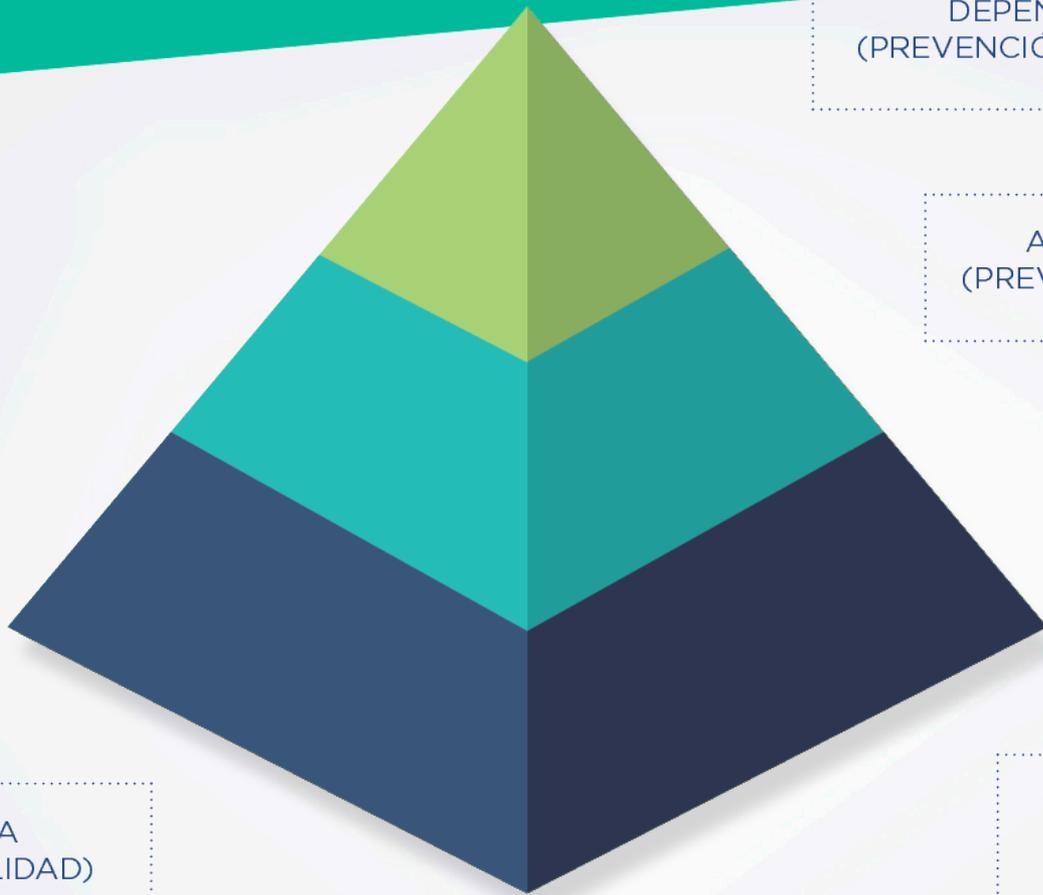
Talleres de formación de agentes sanitarios en adicciones.



Reuniones de evaluación y trabajo sobre el impacto de los agentes.



Evaluación de resultados y adaptación de los programas (2014, 2015).



DEPENDENCIA
(PREVENCIÓN TERCIARIA)

ABUSO - PRÁCTICAS
(PREVENCIÓN SECUNDARIA)

CREENCIAS Y ACTITUDES
(PREVENCIÓN PRIMARIA)

SUSTANCIA
(DISPONIBILIDAD)

PERSONA
(VULNERABILIDAD)

CONTEXTO SOCIAL Y CULTURAL
(TOLERANCIA)

Niveles de prevención, pensar cada caso

- **Primaria:** Prevención del uso y del abuso de sustancias: los esfuerzos preventivos de los programas se dirigen a evitar que las personas experimenten con drogas o, en el caso que hayan experimentado, no consoliden el hábito del consumo.
- **Secundaria:** Prevención de la adicción a sustancias: los esfuerzos se dirigen a detectar aquellos que están consumiendo con cierta asiduidad se concienticen de los daños que están provocando a su salud y abandonen el consumo para evitar ingresar en un circuito adictivo de consumo.
- **Terciaria:** Prevención de la cronificación en la dependencia: los esfuerzos se dirigen a concientizar a las personas adictas a que ingresen a un tratamiento de rehabilitación.

Factores de riesgo y protección

- Cada uno de los tres elementos de la base de la pirámide admite pensar, en el caso a caso, factores que aumentan (de riesgo) o que disminuyen (de protección) las probabilidades de enfermar.
- La complejidad del fenómeno de las adicciones obliga a pensarlas de forma compleja y el mejor abordaje resulta del caso por caso y su correcto análisis y diagnóstico.

Psicología del consumo



**FACTORES
SOCIALES**



**FACTORES
PSICOLÓGICOS**



**FACTORES
BIOLÓGICOS**

Las sustancias psicoactivas

- Se considera psicoactivo a toda sustancia química de origen natural o sintético que al introducirse por cualquier vía (oral-nasal-intramuscular-intravenosa) ejerce un efecto directo sobre el sistema nervioso central (SNC), ocasionando cambios específicos a sus funciones; que está compuesto por el cerebro y la médula espinal, de los organismos vivos. Estas sustancias son capaces de inhibir el dolor, modificar el estado anímico o alterar las percepciones.

El diagnóstico de adicción

Su consumo, fuera del ámbito terapéutico y bajo seguimiento médico puede derivar en cuadros de adicción a la sustancia.

Fuera del ámbito recreativo y de la mesura que no implique complicaciones clínicas, psíquicas y comportamentales, la adicción se caracteriza por dos indicadores básicos según el **DSM -V** (*manual diagnóstico más utilizado en nuestro país para diagnosticar desórdenes mentales*):

Tipo de sustancias psicoactivas y sus efectos



MARIHUANA O CANNABIS



COCAÍNA



PACO



ÉXTASIS



INHALANTES Y SOLVENTES

- *Formas de uso*
- *Efectos*

Marihuana o Cannabis

Forma de uso:

- Normalmente se fuma en cigarrillos hechos a mano y puede incluirse en comidas.
- El hachís por lo común se fuma en pipa o se incluye en comidas.
- El aceite de cannabis por lo general se fuma como tabaco, incluso en cigarrillos, o a veces se come.
- Algunas veces, se extrae el jugo o la resina de la planta del cáñamo. El aceite de hachís o el aceite de cannabis es la forma más poderosa de la droga y se conoce también como aceite de miel o aceite rojo.
- El nombre popular del cigarrillo de marihuana es ‘porro’.
- Algunas veces, la marihuana se usa también en combinación con otras sustancias como cocaína. En esos casos, aparecen nombres como ‘nevado’.

Marihuana o Cannabis

Efectos:

- Experiencias muy diferentes, según la potencia de la droga y la estatura, el sexo y el peso de la persona (ej: felicidad, risa balbuceo).
- Hambre (apetito desmedido, sobre todo de dulces),
- Aumenta el pulso (frecuencia cardíaca) y enrojece los ojos.
- En una etapa posterior, provoca sueño y sopor.
- El uso regular de cannabis puede provocar dependencia psicológica.
- Se pueden producir otros problemas en lo que se denomina las funciones “psicomotoras” (capacidad para coordinar las acciones), especialmente importante cuando se conduce un vehículo o se utiliza maquinaria, etc.

Cocaína

- Se prepara a partir de hojas de coca, que tienen un color verde amarillento de diferente tamaño y apariencia.
- El crack y el paco son derivados que se fuman y que tienen un efecto más fuerte.
- La cocaína suele presentarse como un polvo blanco (clorhidrato de cocaína), como una roca blanda (crack) o como piedras amarillentas (paco).

Formas de uso:

- La cocaína por lo general se inhala por la nariz pero también puede inyectarse o fumarse cuando se mezcla con tabaco o marihuana.

Cocaína

Efectos:

- Sensación de que el cuerpo funciona muy rápido.
- El corazón se acelera y las “euforias” y “depresiones” son repentinas.
- Una pequeña cantidad de cocaína puede elevar la temperatura del cuerpo, acelerar el corazón, aumentar las pulsaciones, dar una sensación de confianza excesiva y de mayor alerta con energía adicional.
- Cuando se fuma crack o paco, todas estas sensaciones se intensifican.
- Las dosis excesivas pueden dar lugar a convulsiones, ataques de epilepsia, ataques de apoplejía, hemorragias cerebrales o infartos.
- El consumo de la cocaína (incluyendo los derivados paco y crack) dan lugar a una dependencia física y psicológica fuerte y a otros problemas de salud, como la destrucción de los tejidos nasales, problemas respiratorios y pérdida de peso.

Paco

- Elaborada con residuos de cocaína y procesada con ácido sulfúrico y con querosén (muchas veces suele usarse cloroformo, éter o carbonato de potasio entre otras cosas).
- Son los restos altamente tóxicos que quedan del refinamiento de la cocaína (de ahí su índice de mortalidad tan elevado y su poder destructivo, incluso, superior al Crack)

Formas de uso:

- Por vía respiratoria en pipas caseras (latas agujereadas, antenas de televisión, tubos de aluminio, etc., donde se mezcla el producto con viruta de metal y ceniza) o en forma de cigarrillo (tabacazo, tabaquito, tola, marciano, maduro, bazuco, Free o ensacado)
- Es muy tóxica y al ser muy breve su efecto (entre 10 y 15 segundos) es extremadamente adictiva.

Paco

Efectos:

- De tipo estimulante produciendo una intensa sensación de placer y estimulación del sistema nervioso central, que sucede en pocos minutos y deja al usuario con el deseo de repetir la toma una y otra vez.
- Sus efectos secundarios son muy similares a los de la cocaína, solamente que el riesgo de padecer alguno de ellos es mucho más alto por las mezclas de químicos y otras sustancias que contiene el paco.
- Los químicos del paco son tremendamente dañinos para los órganos humanos, empezando por el hígado, el aparato respiratorio la piel y los músculos entre otros.
- Los usuarios también sufren serios problemas mentales, como delirio y paranoia.

Éxtasis

- Es un estimulante y la forma de uso más frecuente es en pastillas.
- Es una droga que acelera el organismo aumentando la energía física y emocional.
- Al igual que las anfetaminas, es una droga sintética (o artificial), es decir no se extrae de una planta sino que se produce en laboratorios.
- Suele presentarse como una píldora de color.

Efectos:

- La persona se siente feliz, cálida, amorosa y con más energía.
- Sentimiento de acercamiento emocional a otras personas (algunos la llaman la 'droga del amor').
- Sentimientos de depresión y cansancio cuando se suspende el uso de la droga, sumados a náusea y vómitos, aumento de la presión sanguínea y de las pulsaciones (se puede llegar hasta la muerte debido al sobrecalentamiento del cuerpo y la deshidratación o pérdida de agua).
- El uso prolongado puede causar daño en el cerebro y el hígado.

Inhalantes y Solventes

- Productos químicos que se pueden inhalar, como pegamentos, nafta, aerosoles, fluido de encendedores, etc.
- No son drogas y, de hecho, se pueden obtener lícitamente en los negocios. Sin embargo, son objeto de un amplio uso indebido en los sectores más pobres de la sociedad, particularmente los chicos de la calle.
- Pueden presentarse casi de cualquier manera (pegamento, solvente de pintura, nafta, productos de limpieza, etc.).
- Con frecuencia, el producto químico se coloca en el fondo de una taza o contenedor y luego sobre la nariz y la boca.
- Otro método consiste en empapar un pedazo de tela en inhalante, colocarla en una bolsa o saco, colocar la bolsa sobre la cara e inhalar los vapores.

Inhalantes y Solventes

- Sensación de euforia por un período muy corto.
- Se siente un entumecimiento por un período corto, junto con mareos, confusión y una progresiva sensación de sopor.
- También pueden producir dolores de cabeza, náusea, desvanecimientos, aceleración de las pulsaciones, desorientación y alucinaciones.
- Pueden producir daños en los pulmones, los riñones y el hígado.
- También pueden causar sofocación, convulsiones y estado de coma.

Marco legal del abordaje

La [Ley Nacional de Salud Mental N° 26.657](#) vigente desde hace más de dos años, define en su artículo 3ro. a la salud mental *“como un proceso determinado por componentes históricos, socio-económicos, culturales, biológicos y psicológicos, cuya preservación y mejoramiento implica una dinámica de construcción social vinculada a la concreción de los derechos humanos y sociales de toda persona”*.

Y en el artículo 4to. de la presente Ley, en relación a la problemática de las adicciones, se establece que *“deben ser abordadas como parte integrantes de las políticas de salud mental. Las personas con uso problemático de drogas, legales e ilegales, tienen todos los derechos y garantías que se establecen en la presente ley en su relación con los servicios de salud.”*

Criterios de internación contra voluntad del paciente solo en casos de “riesgo cierto e inminente” y la creación de organismos que auditan la privación ilegítima de la libertad.

NIVELES DE PREVENCIÓN

Prevención Primaria

- Mensajes preventivos
 - Información
 - Derivación

Prevención VS Publicidad

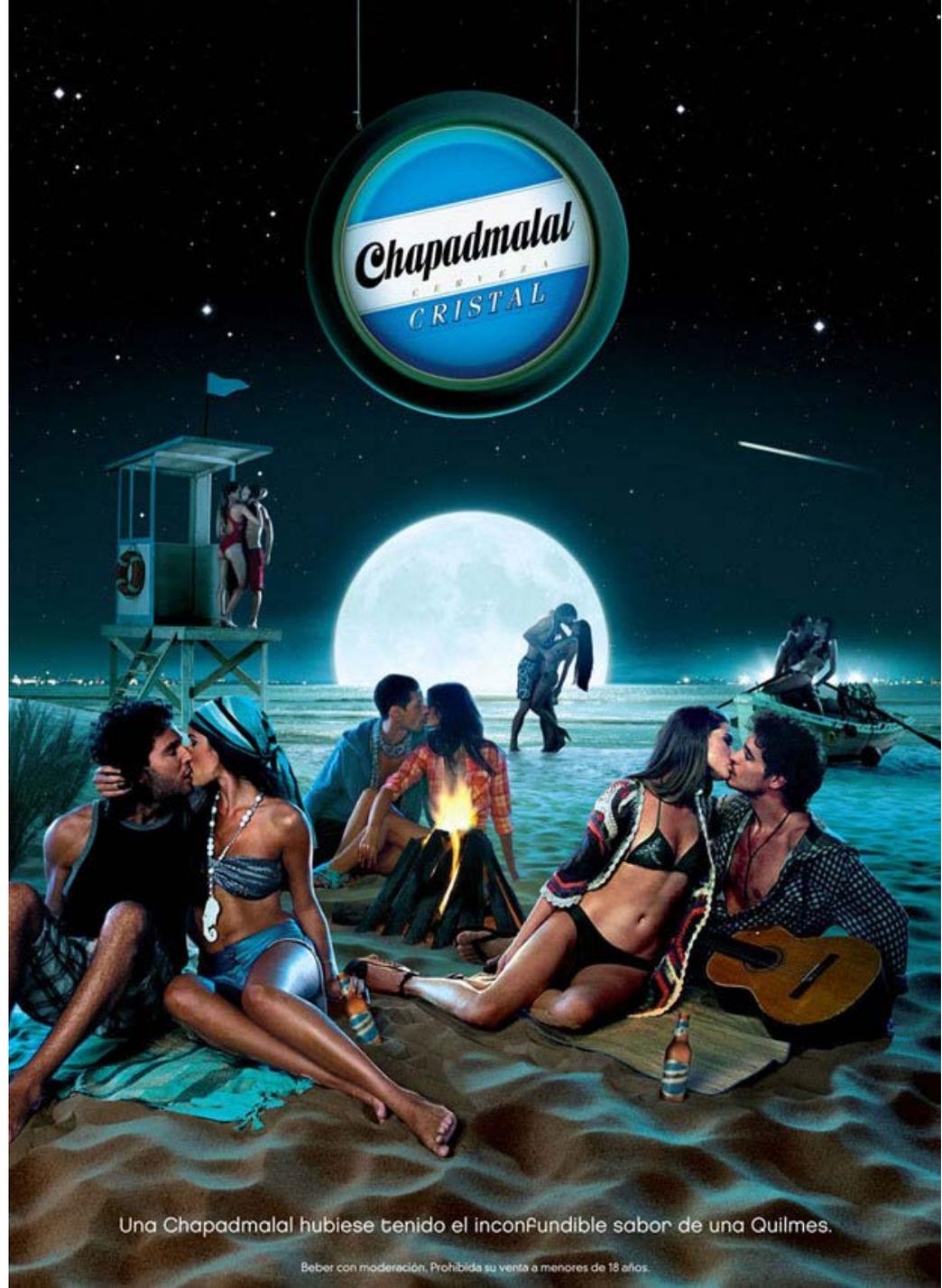
Espacios y financiamientos dispares

Importancia de la prevención específica

Importancia del conocimiento de la población a la que nos dirigimos

Conocer las drogas, sus mecanismos y sus riesgos

PUBLICIDADES I



Una Chapadmalal hubiese tenido el inconfundible sabor de una Quilmes.

Beber con moderación. Prohibida su venta a menores de 18 años.

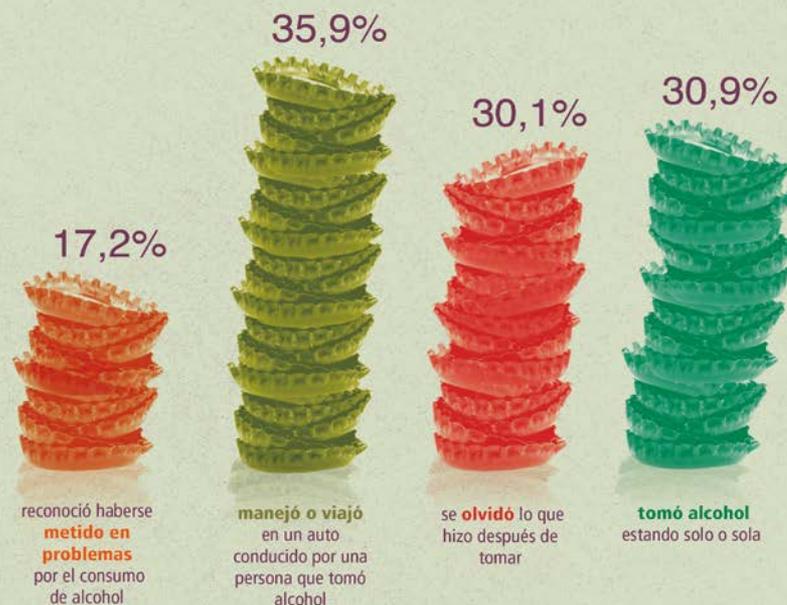
PUBLICIDADES II



buenas noches

CAMPAÑA PREVENTIVA I

HABLEMOS DEL TEMA



Porcentajes sobre el total de chicos y chicas de 13 a 17 años que tomaron alcohol durante el último año

V Encuesta Nacional a estudiantes de enseñanza media de 13 a 17 años sobre consumo de sustancias. Observatorio Argentino de Drogas. SEDRONAR, Año 2011.
Personas encuestadas: 90.450. LEY NACIONAL DE LUCHA CONTRA EL ALCOHOLISMO NRO. 24.788 - ARTICULO 1: QUEDA PROHIBIDO EN TODO EL TERRITORIO NACIONAL,
EL EXPENDIO DE TODO TIPO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS A MENORES DE DIECIOCHO AÑOS DE EDAD. www.me.gov.ar

CAMPAÑA PREVENTIVA II

CADA VEZ QUE
TE EMBORRACHAS
TE VUELVES UN
POCO MAS TONTO.



#CompañíaFAD



fad.es 900 16 15 15

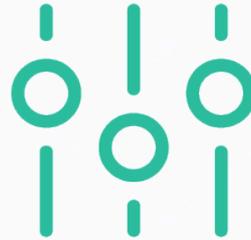


-EL ABUSO DE ALCOHOL AFECTA A TU CEREBRO-

Análisis de las campañas



**A QUIÉN ESTÁ
DIRIGIDA**



**NIVEL DE
IMPACTO**



**EFFECTIVIDAD EN
TRANSFORMACIÓN
DE HÁBITOS**

Información sobre
sustancias
psicoactivas y enlaces
importantes sobre
recursos e historia

www.drugabuse.gov/es
www.sedronar.gob.ar
www.lasdrogas.info
www.drogasycerebro.com
www.msal.gob.ar/tabaco/

NIVELES DE PREVENCIÓN

Prevención Secundaria

- Detección de situaciones de abuso
- Derivación a apoyo terapéutico ambulatorio (modalidades)
- Orientación, contención y seguimiento (familiares y laborales)

Abuso - adicción



- Distinción y definición de cada una, riesgos que implica el abuso aún fuera del contexto de una adicción.



- Riesgos sociales, familiares, accidentología, enfermedades asociadas a la pérdida de control y memoria, de la capacidad ejecutiva.



- Base ideativa que sostiene el abuso. Lo permitido y alentado socialmente.

Cálculo de consumo de alcohol puro ingerido

LA FORMULA SERÍA:

$$\text{Gramos alcohol} = \frac{\text{volumen (expresado en c.c.)} \times \text{graduación} \times 0,8}{100}$$

Es decir, si 1 persona consume 100 c.c. de un vino de 13 grados, la cantidad de alcohol absoluto ingerido es:

$$\frac{100 \text{ c.c.} \times 13 \times 0,8}{100} = 10,4 \text{ gr de alcohol puro}$$

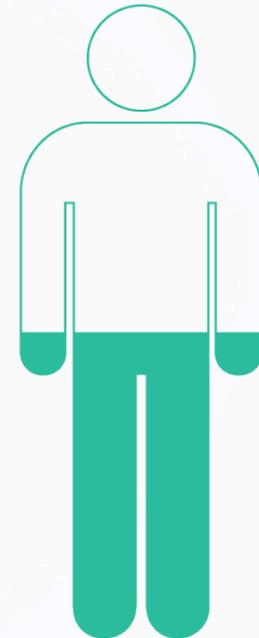
Otro ejemplo, en 1 cerveza de cuarto (250 c.c.) y de graduación 4,8 grados, la cantidad de alcohol absoluto es:

$$\frac{250 \times 4,8 \times 0,8}{100} = 9 \text{ gr de alcohol puro}$$

Calculo de la alcoholemia

El cálculo de alcoholemia se obtiene al dividir los gramos de alcohol adquirido (obtenidos con la ecuación anterior) por el peso de la persona en kilogramos multiplicado por 0,7. El resultado se expresa en gramos en sangre por cada 100 ml de sangre. Por ejemplo, un nivel de 0,2 de alcohol en sangre significa 0,2 gr de alcohol por cada 100 ml de sangre.

NIVEL DE ALCOHOLEMIA



Gramos de alcohol / Peso en Kgs

x0,7

Calculo de la alcoholemia

Límite legal de alcohol en sangre
(para conducir):



0,5 g / litro de sangre



0,2 g / litro de sangre



0,0 g / litro de sangre

(conductores profesionales, al volante
de transporte de carga o pasajeros)



El tabaquismo a nivel mundial


se estima que
en el año
2030

matará a más
de 8 millones




80% en
países
en desarrollo

*políticas más débiles para
el control del tabaco*



**SXX MATO A
100 MILLONES
DE PERSONAS
APRÓX.**



**SXXI PODRÍA MATAR A
1.000 MILLONES
DE PERSONAS
APRÓX.**

EPIDEMIA EN AUMENTO

El tabaquismo en Argentina



Es la primera causa **EVITABLE** de muerte



Provoca más de **40.000** muertes por año



6.000 muertes anuales en personas no fumadoras

(que fallecen por causa de la exposición al humo de tabaco ambiental).

Fuente: abordaje integral del tratamiento del tabaquismo, manual del ministerio de salud de la nación

Juegos de azar

- La adicción al juego se relaciona con este tipo particular de juego donde no interviene nuestra habilidad o saber como jugadores sino la **probabilidad** y el **azar**.
- La ludopatía, una enfermedad que en nuestro país afecta entre un 2 y 3% de la población se relaciona con la apuesta, de algún valor, sobre el resultado (carreras, quinielas, ruletas, bingos, etc.)



La posibilidad de implicarnos en el juego y jugar surge cada día pero... **¿CÓMO NOS IMPLICAMOS CADA UNO/A EN EL JUEGO?**

- Podemos jugar de manera ocasional para divertirnos, pasar el rato, relacionarnos... manteniendo un control total sobre la conducta y pudiendo abandonarla cuando lo deseamos, tanto si jugamos como si perdemos. Estaríamos usando el juego de manera sana y podríamos definirnos como **JUGADORES/AS SOCIALES**.
- Podemos jugar de manera frecuente o diaria con un gasto habitual de dinero que en alguna ocasión nos acarrea problemas. Estaríamos abusando del juego y podríamos definirnos como **JUGADORES/AS PROBLEMA**.
- Podemos jugar con una frecuencia alta y con una importante inversión de tiempo y dinero apostando siempre más de lo que podemos. El juego pierde el carácter social y de entretenimiento convirtiéndose en una necesidad, y teniendo dificultades para abandonarlo. Podríamos definirnos como **JUGADORES/AS PATOLÓGICOS/AS**.

Cómo se detecta



A NIVEL DE COMPORTAMIENTO

- Juego y gastos excesivos.
- Apuestas superiores a las planeadas.
- Dificultades para dejar de jugar.
- Mentiras.
- Las actividades se desarrollan en función del juego.



A NIVEL FÍSICO

- Insomnio.
- Dolores cabeza, estómago.
- Falta de apetito.
- Posibilidad Síndrome de Abstinencia.



A NIVEL DEL PENSAMIENTO

- Pensamientos repetitivos de volver a jugar.
- Pensamientos de control sobre el juego: yo controlo...



A NIVEL PSICOLÓGICO

- Irritabilidad.
- Agresividad verbal.
- Depresión.
- Sentimientos de Culpa.
- Vergüenza.
- Nerviosismo.
- Cambios de Humor

NIVELES DE PREVENCIÓN

Prevención Terciaria

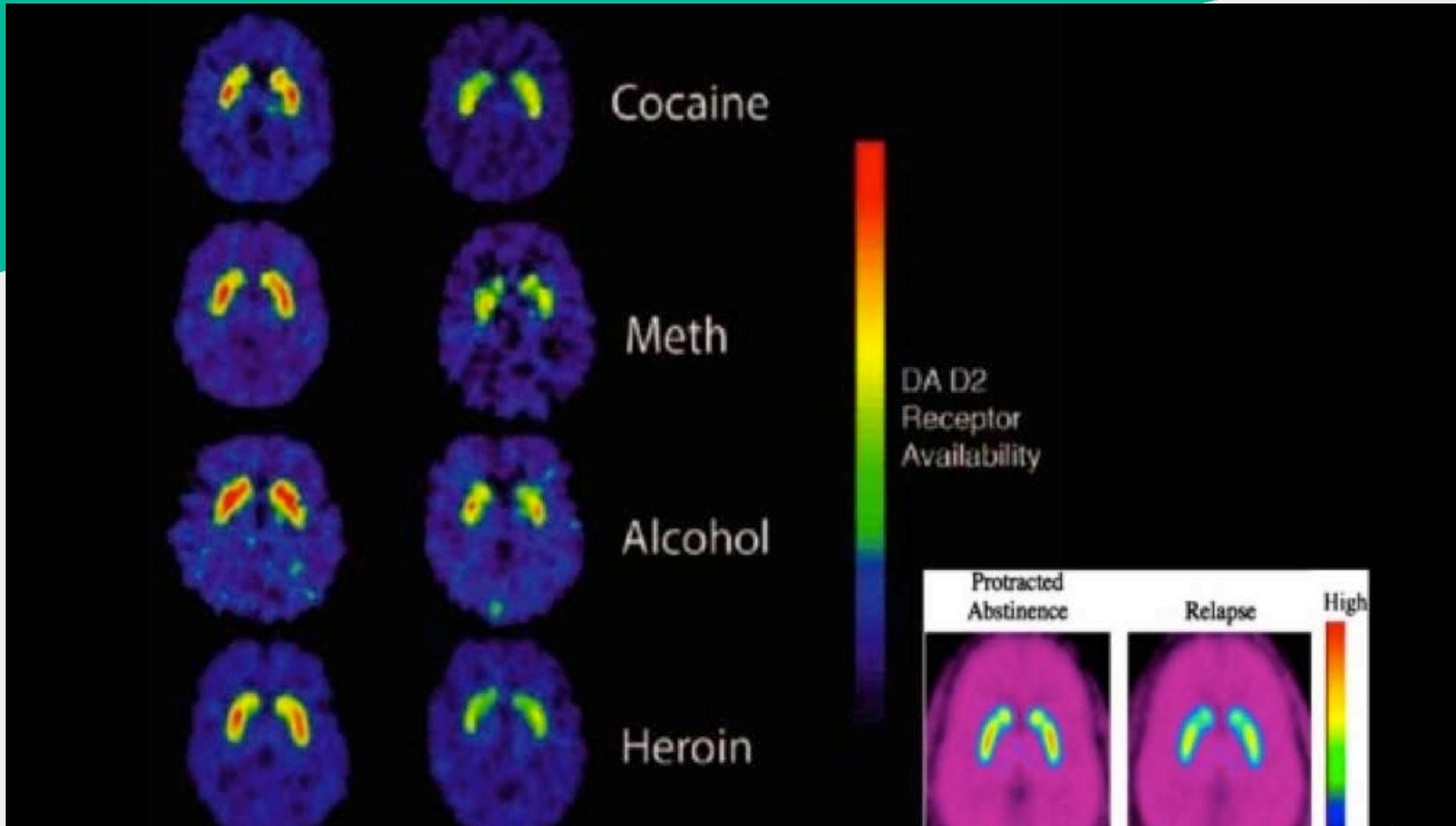
- Abordaje de la urgencia (información y derivación inmediatas)
- Modalidades terapéuticas de abordaje de la adicción

Conceptualización de las adicciones

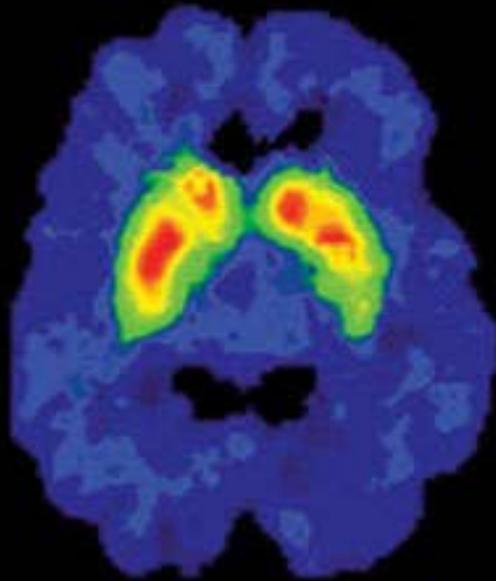
-**El síndrome de abstinencia:** conjunto de signos y síntomas que presenta el sujeto al dejar de consumir la sustancia de la cual depende. *En el alcohol por ejemplo se pueden señalar entre las 12 y las 24 horas a la deshidratación, las cefaleas, las náuseas, debilidad irritabilidad; en consumidores más comprometidos y crónicos delirium tremens tras un período de uno o dos días, también la pérdida de memoria reciente y los estados confusionales.*

- **La tolerancia** es el resultado de la administración sostenida de una sustancia psicoactiva que produce menor sensibilidad del sujeto a ella. El mismo efecto requerirá de una mayor dosis. Esto es particularmente riesgoso en el policonsumo donde una sustancia puede producir tolerancia a otra distinta y el sujeto ingiere mayores dosis.

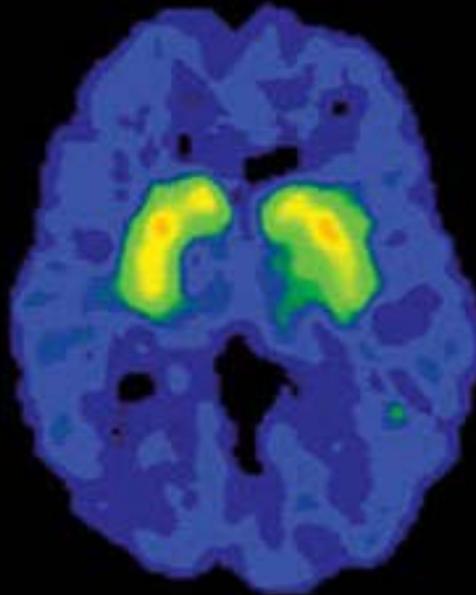
Daños en receptores neuronales con sustancias



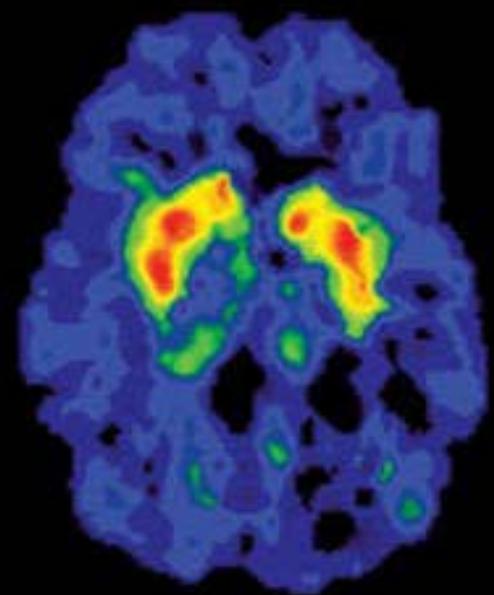
Recuperación de funciones tras la abstinencia



Persona sana



Adicto a las metanfetaminas
1 mes de abstinencia



Adicto a las metanfetaminas
14 meses de abstinencia

Impacto del consumo en ámbitos laborales



**RIESGO DE
ACCIDENTES**



**DETERIORO
DE LAZOS
INTERPERSONALES**



AUSENTISMOS



**DISMINUCIÓN
DEL RENDIMIENTO**

Recomendaciones

- Promover medidas preventivas
- Elaborar programas conjuntos
- Proteger confidencialidad de los datos
- Informar a los trabajadores daños y riesgos de las adicciones
- Sostener la estabilidad laboral
- Desactivar la naturalización y tolerancia social

Terapéutica de la adicción

Internaciones breves de desintoxicación

Comunidades terapéuticas

Grupos de Narcóticos / Alcohólicos Anónimos

Contención y Orientación familiar

Aspectos legales



¿Qué y quiénes pueden ayudar?



ENCONTRÁ EL MATERIAL
DE LA JORNADA INGRESANDO EN:



WWW.FORUMVITAE.ORG.AR

en el menú:

BIBLIOTECA

¡Muchas gracias por su atención!

 *Obra Social*
FERROVIARIA
WWW.OSFE.ORG.AR

 [/obrasocialferroviaria](https://www.facebook.com/obrasocialferroviaria)

 [@OsfePrensa](https://twitter.com/OsfePrensa)

TODAS NUESTRAS ACTIVIDADES DE PREVENCIÓN

- Jornadas de Detección y Prevención de Factores de Riesgo Cardiovascular
- Jornadas de Sensibilización Masiva en Hábitos Saludables
- Jornadas de Alimentación y Entrenamiento para Pacientes y Familiares con Diabetes
- Agentes Sanitarios en Hábitos Saludables – Monitor en Prevención Diabetológica
- Capacitación de Agentes Sanitarios en Prevención de Adicciones
- Jornadas de Sensibilización Masiva en Adicciones
- Talleres de Señales Tempranas en el Desarrollo Infantil