



Capacitación de Agentes Sanitarios en **PREVENCIÓN DE ADICCIONES**

MÓDULO I

PRESENTACIÓN.
Niveles de Prevención.
Consumos.

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



**NIVEL DE
PREVENCIÓN
PRIMARIA**



**NIVEL DE
PREVENCIÓN
SECUNDARIA**



**NIVEL DE
PREVENCIÓN
TERCIARIA**

Factores de riesgo y protección

**FACTORES
DE RIESGO:**



**Aumentan las
probabilidades
de enfermar**



**FACTORES DE
PROTECCIÓN:**



**Disminuyen las
probabilidades
de enfermar**



Psicología del consumo



**FACTORES
SOCIALES**



**FACTORES
PSICOLÓGICOS**



**FACTORES
BIOLÓGICOS**

Las sustancias psicoactivas

Toda sustancia química
(natural o sintética) al
introducirse al organismo
ejerce un

EFEECTO DIRECTO
sobre el sistema
nervioso central



Ocasionando
CAMBIOS en
sus funciones

Tipo de sustancias psicoactivas y sus efectos



MARIHUANA O CANNABIS



COCAÍNA



PACO



ÉXTASIS



INHALANTES Y SOLVENTES

- *Formas de uso*
- *Efectos*

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.

NIVELES DE PREVENCIÓN

Prevención Terciaria

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

Conceptualización de las adicciones

La adicción se caracteriza por dos indicadores básicos según los manuales de diagnósticos:



**SÍNDROME DE
ABSTINENCIA**



TOLERANCIA

¿Qué y quiénes pueden ayudar?

EMPRESA

SINDICATO

OBRA SOCIAL

COMUNIDAD

MÓDULO II

ALCOHOL.
Estadísticas. Consumo.
Tratamientos.

Conociendo la sustancia: Generalidades sobre el alcohol

- ▶ El consumo de alcohol **provoca efectos en prácticamente todos los órganos del cuerpo.**
- ▶ El consumo de alcohol, sobre todo el abusivo, **daña nuestras defensas.**
- ▶ El consumo de alcohol es un factor de riesgo sobre todo tipo de cánceres.
- ▶ El consumo de alcohol altera el pensamiento, el juicio, la toma de decisiones **y el comportamiento.**
- ▶ El consumo de alcohol **pone en riesgo a las personas por nacer, en cualquier etapa del embarazo.**
- ▶ El consumo de alcohol **aumenta las chances de que se produzcan situaciones de violencia.**
- ▶ El consumo de alcohol **aumenta las chances de muertes y lesiones por accidentes.**



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

Análisis de las campañas



**A QUIÉN ESTÁ
DIRIGIDA**



**NIVEL DE
IMPACTO**



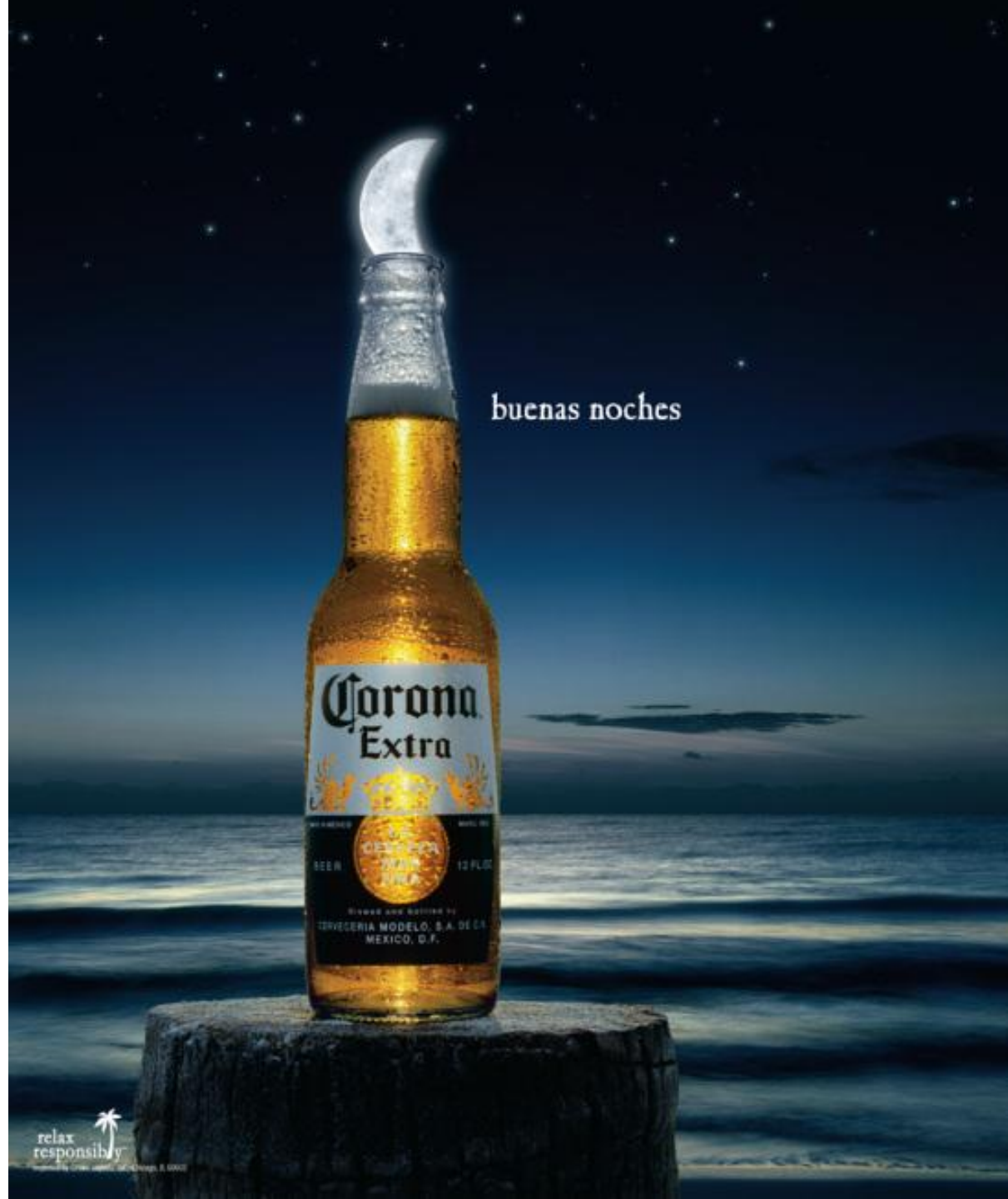
**EFFECTIVIDAD EN
TRANSFORMACIÓN
DE HÁBITOS**

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

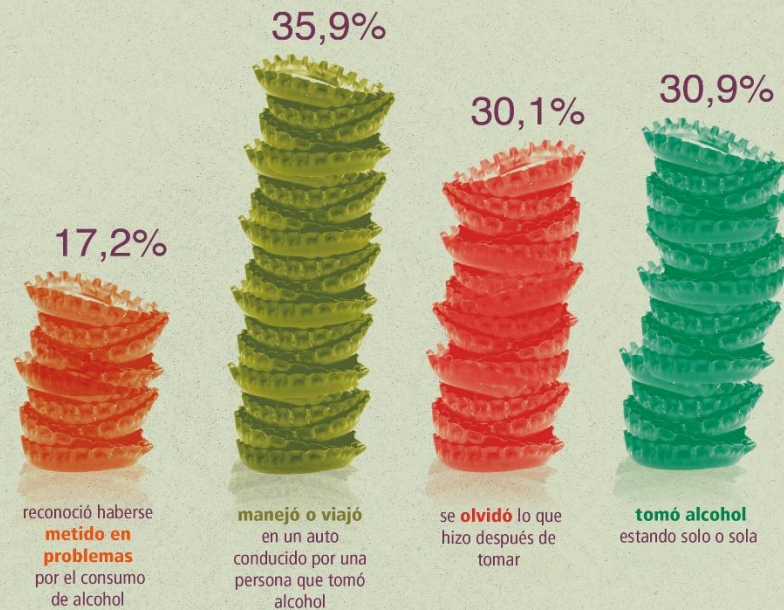


buenas noches



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.



#CampanaFAD



fad.es 900 16 15 15



-EL ABUSO DE ALCOHOL AFECTA A TU CEREBRO-

Calculo de la alcoholemia en Argentina

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)



Alcohol



Consumido por la enorme mayoría de la población adulta.



Octava causa de muerte a nivel mundial:
+3 millones de personas al año.

Es la droga que produce más muertes por sobredosis.



Tercera causa en enfermedades y discapacidades.

Alcohol

EL PROMEDIO DE CONSUMO POR PERSONA ADULTA



6 litros
al año



9 litros
al año

Se trata de alcohol puro.
9 litros equivalen a:



180 litros
de cerveza



70 litros
de vino

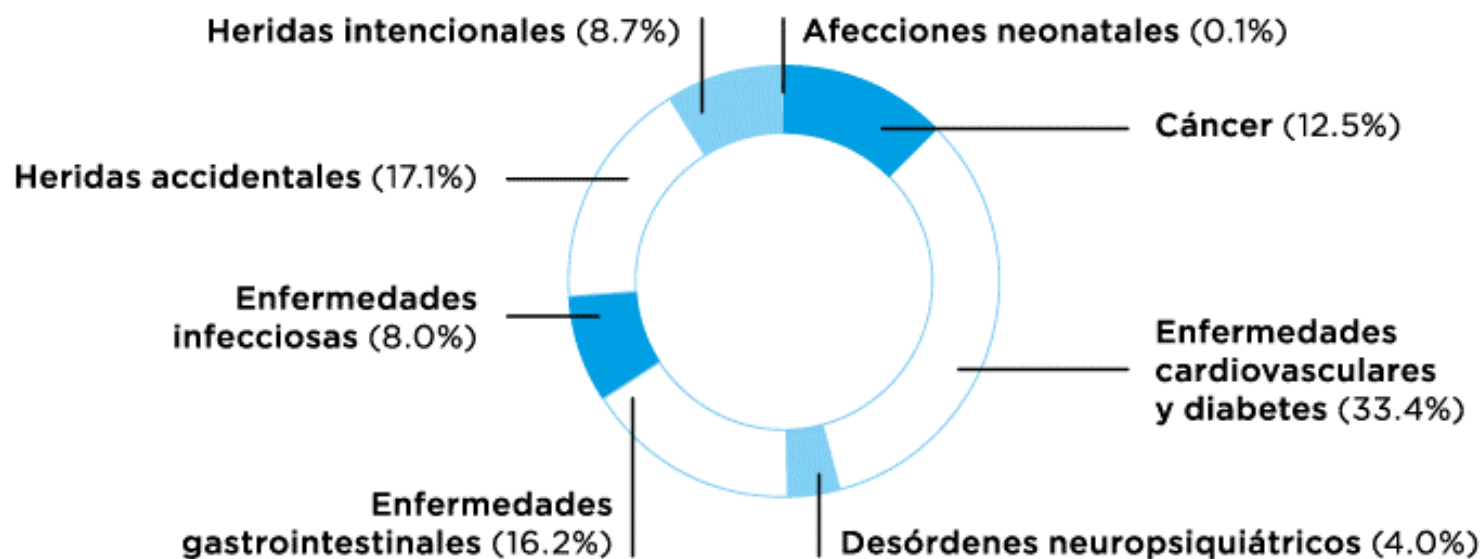


21 litros de
fernet (solo)

Alcohol

DISTRIBUCIÓN DE MUERTES ATRIBUIBLES AL ALCOHOL

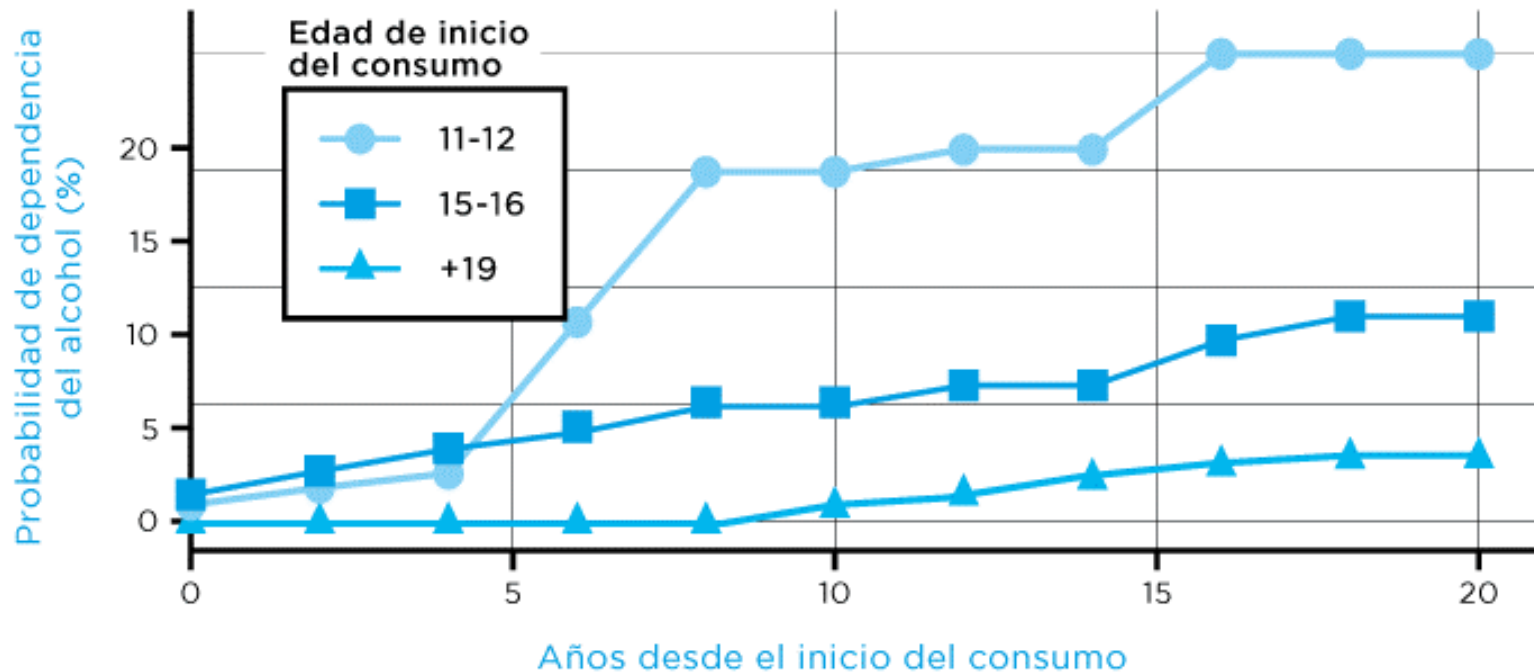
Promedio a nivel global para el año 2012



Alcohol

Consumo en adolescentes

EL EFECTO DEL DEBUT TEMPRANO



MÓDULO III

TABACO.
Estadísticas. Consumo.
Tratamientos.

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

Tabaco



➔ El consumo en Argentina es uno de los más altos en América: llega al 25% de la población (1 de cada 4 habitantes).



➔ El promedio es de más de 10 cigarrillos al día.



➔ En adolescentes de entre 13 y 15 años, el 22% consume tabaco.



➔ La edad de inicio se ubica alrededor de los 12 años.

Tabaco



En Argentina el tabaquismo produce el 13% de las muertes totales



MUEREN 40.000
personas al año por esta causa



Genera costos sanitarios por
\$21 mil millones (1% del PBI)



En el mundo, es el único producto legal que mata cada año a más de 5 millones de personas.



Tabaco

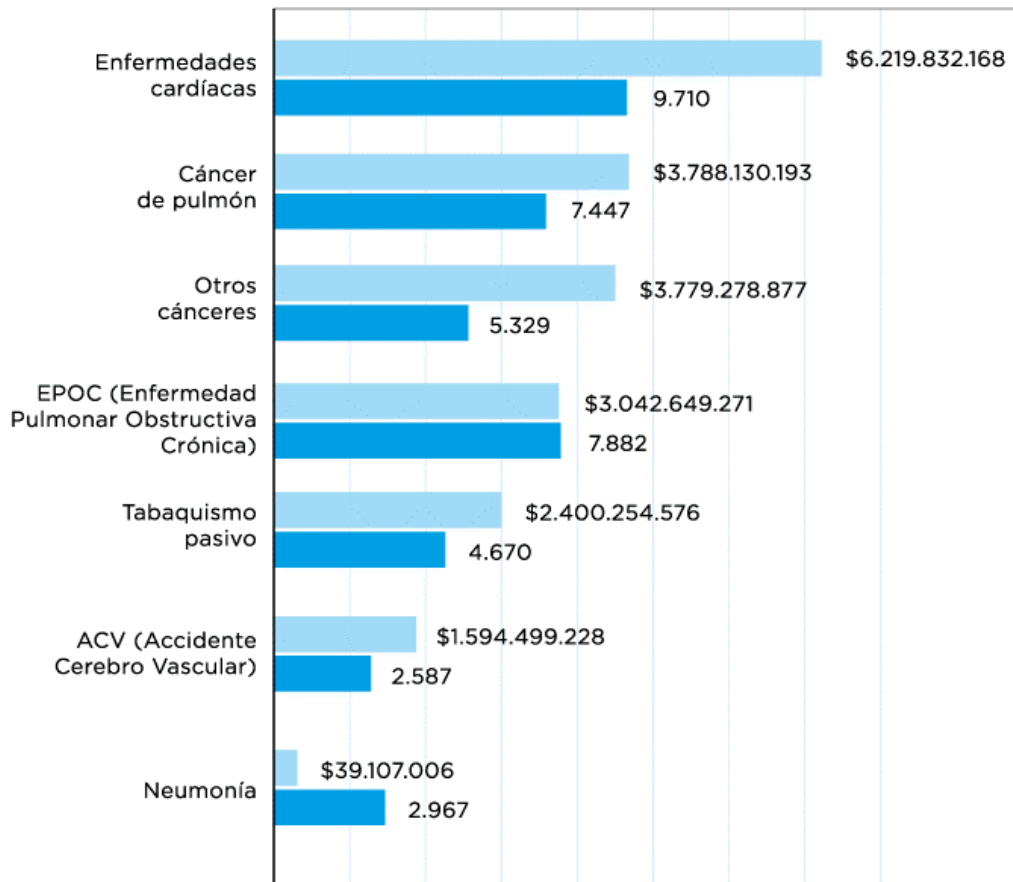
Según el Ministerio de Salud de la Nación Argentina, los efectos más significativos para la SALUD son, entre otros:

- ➔ Enfermedades cardiovasculares y neurológicas (infarto, ACV, muerte súbita, etc.)
- ➔ Cáncer (9 de cada 10 personas con cáncer de cualquier tipo son fumadoras)
- ➔ Enfermedades obstructivas del pulmón (EPOC)
- ➔ Diabetes
- ➔ Osteoporosis
- ➔ Complicaciones odontológicas
- ➔ Impotencia sexual en personas de entre 30 y 40 años

Tabaco

CARGA DE ENFERMEDAD ATRIBUIBLE AL TABAQUISMO EN ARGENTINA EN EL AÑO 2012

Basado en (Pichón-Rivière, 2013).



■ Costos asociados al tabaquismo (en AR\$)
■ Muertes por enfermedades atribuibles al tabaco

MÓDULO IV

OTRAS SUSTANCIAS.
Formas de uso. Efectos.
Estadísticas. Tratamientos.

Marihuana o Cannabis

2014

La consumió el:

3,8%



**180 MILLONES
APROX.**

3,2%



**1.500.000
APROX.**

Marihuana o Cannabis

Produce alteraciones en:



» Movimiento



» Memoria de corto plazo



» Toma de decisiones



» Apetito



» Estado de ánimo



» Sueño

Marihuana o Cannabis



No se ha registrado ningún caso de muerte por sobredosis.



Puede producir ADICCIÓN. Se estima que el 9% de los usuarios tendrán algún problema de dependencia al cannabis.

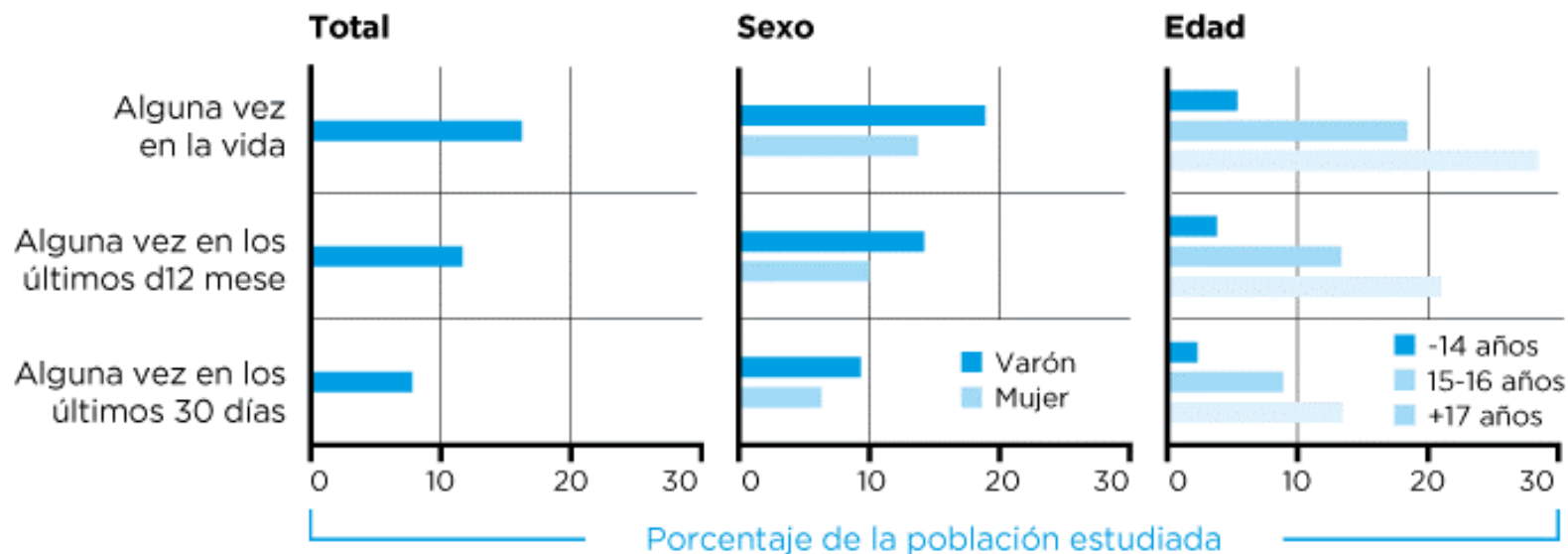


Al igual que con el resto de las sustancias psicoactivas, **NO EXISTE EL CONSUMO LIBRE DE RIESGO**

Marihuana o Cannabis

Consumo en adolescentes

PREVALENCIA DE CONSUMO DE MARIHUANA EN LA POBLACIÓN ESCOLAR SEGÚN SEXO Y EDAD



COCAÍNA

*SE TRATA DE UNA SUSTANCIA PSICOACTIVA
QUE PRODUCE EUFORIA.*

- ➔ Esta euforia se debe al aumento de la concentración de dopamina. La sobreabundancia de dopamina, serotonina y noradrenalina explican la agitación psicomotriz, los comportamientos agresivos por ideas paranoides, las crisis de pánico, y la depresión posterior conocida como “anhedonia”.
- ➔ Puede dañar y hasta producir la MUERTE de una persona sin historial de consumo previo.

COCAÍNA



La mayoría de los usuarios la consumen de manera ocasional.



Es potencialmente adictiva: alrededor de un 20% tendrá problemas de **DEPENDENCIA** en algún momento de su vida.



COCAÍNA

Efectos más comunes:

- » Euforia
- » Energizante
- » Inhibición del sueño
- » Inhibición del apetito
- » Impotencia sexual
- » Infarto, ACV, fallas orgánicas, convulsiones
- » Muerte

BENZODIAZEPINAS

- ➔ Drogas sedantes para tratar la ANSIEDAD y el INSOMNIO.
- ➔ Drogas con propiedades ansiolíticas (antiansiedad), hipnóticas (inductoras del sueño), y sedantes (tranquilizantes).
- ➔ Se emplean para combatir el ESTRÉS.
- ➔ Su consumo es riesgoso: la dosis necesaria para que hagan efecto es cercana a los valores de concentración en que resultan mortales.
- ➔ Los daños son más severos si se las consume con alcohol.

BENZODIAZEPINAS



ADEMÁS DE SEDACIÓN GENERAL Y RELAJACIÓN DE LOS MÚSCULOS, AUMENTA EL RIESGO DE ACCIDENTES PORQUE TAMBIÉN CAUSA:



- Adormecimiento
- Mareos
- Falta de coordinación
- Disminución de la concentración y capacidad de alerta
- Deterioro cognitivo y alteración de la memoria

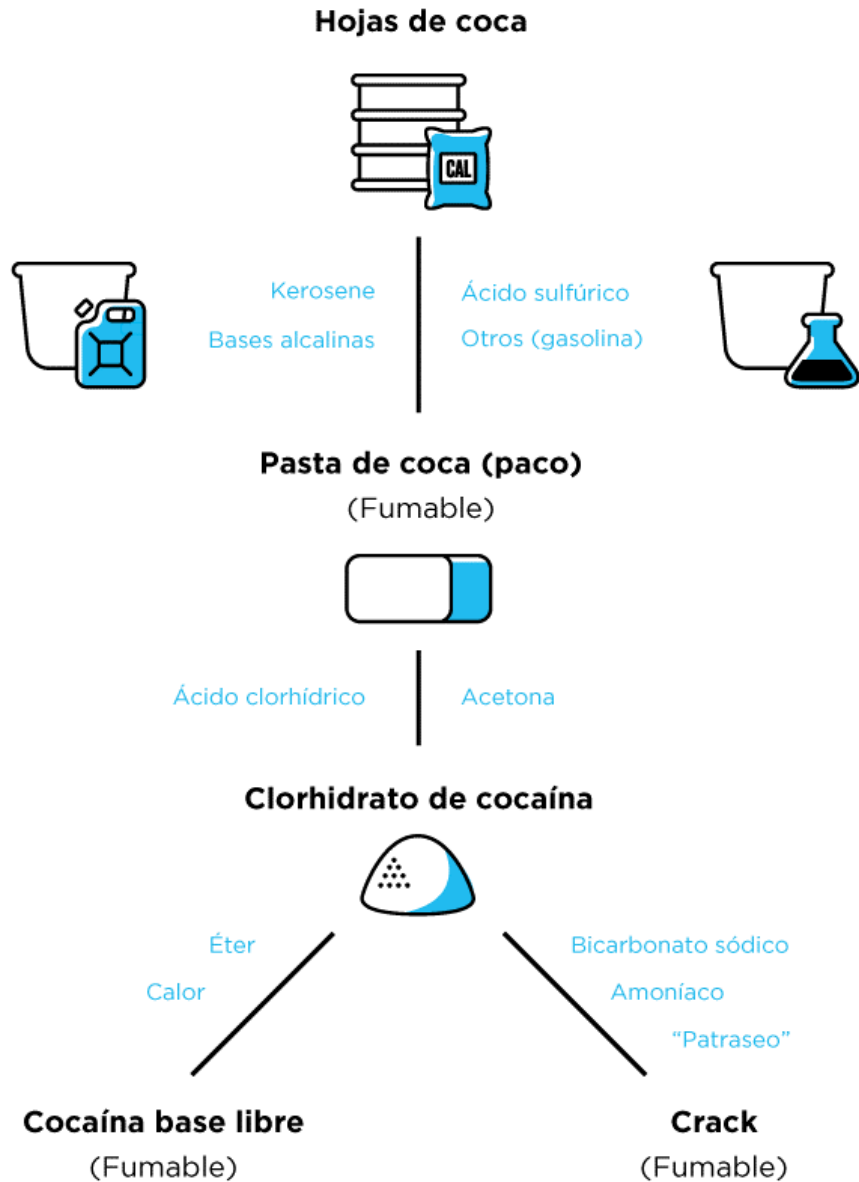
PACO O PASTA BASE DE COCAÍNA (PBC)

- ➔ Se trata de cocaína fumable que constituye uno de los pasos intermedios en el proceso de obtención del clorhidrato de cocaína.

- ➔ Su consumo se incrementó notablemente en sectores de mayor vulnerabilidad social y económica. Es causa y consecuencia del deterioro social de quien la consume.

- ➔ Posee un gran poder adictivo y su toxicidad genera trastornos psicofísicos severos y grave repercusión en todas las esferas.

PROCESO SIMPLIFICADO DE PRODUCCIÓN DE LAS COCAÍNAS FUMABLES



PACO O PASTA BASE DE COCAÍNA (PBC)



ARGENTINA ES EL PAÍS DE
MAYOR CONSUMO DE PACO
EN AMÉRICA LATINA



El paco demora
5 SEGUNDOS
en llegar al cerebro
y generar efectos.



Su efecto es tan
potente como
breve: suele
DURAR
15 MINUTOS.

La curva es la siguiente:

euforia - disminución de inhibición - hiperexcitabilidad - caída de la euforia - angustia - ansiedad - inseguridad - deseo de seguir consumiendo - depresión - apatía - posible ideación suicida.

PACO O PASTA BASE DE COCAÍNA (PBC)

Efectos:



- ➔ El mayor daño que produce el paco es cerebral. Aparecen dificultades para la abstracción, la organización, la síntesis y la observación.



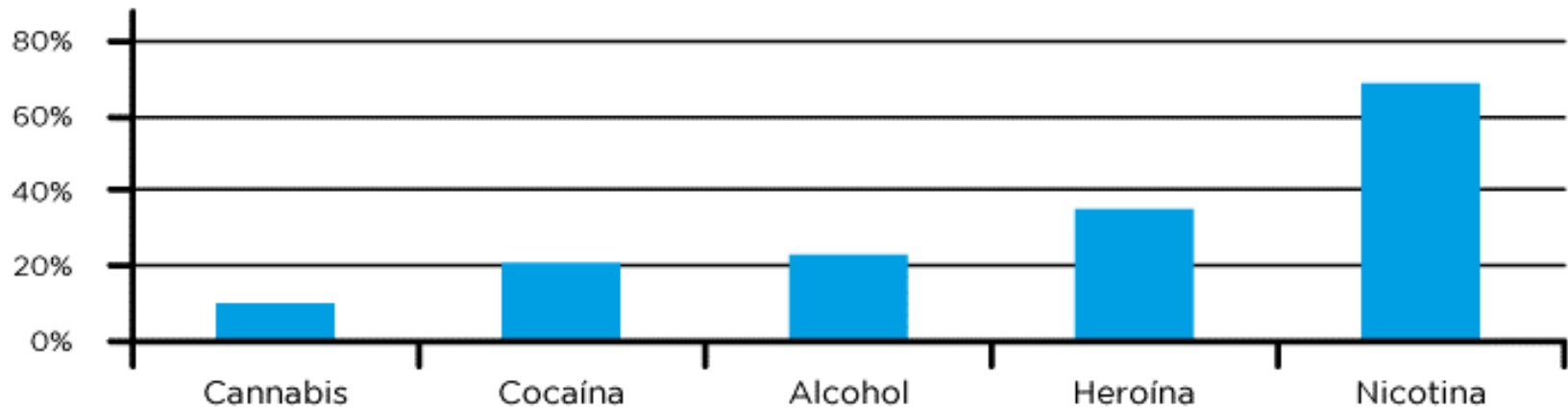
- ➔ Si el consumo se prolonga, hay daño cerebral crónico (corteza prefrontal). Ello explica la predisposición a la conducta agresiva durante el consumo o la abstinencia precoz.



- ➔ El daño puede ser revertido a través de la abstinencia prolongada.

DEPENDENCIA

PROBABILIDADES DE DESARROLLAR DEPENDENCIA ALGUNA VEZ EN LA VIDA EN MAYORES DE 18 AÑOS



MÓDULO V

ADICCIONES SIN SUSTANCIA EXTERNA.
Adicción a las pantallas.

COMPULSIONES

EXISTEN PERSONAS QUE AL SENTIRSE FRUSTRADAS POR ALGÚN MOTIVO, REALIZAN DE MANERA INCONSCIENTE UNA ACCIÓN RITUALIZADA A TRAVÉS DE LA CUAL INTENTAN REDUCIR SU MALESTAR.



Este fenómeno psicológico se conoce como compulsión.

COMPULSIONES

COMBINAN 2 ELEMENTOS:



OBSESIONES
(Plano de las ideas)



COMPULSIONES
(Plano de las acciones)



Asociados, configuran un mecanismo que fundamenta el
TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO (TOC)

COMPULSIONES


➔ PRESENTAN NECESARIAMENTE ESTAS SITUACIONES:

Sensación de
incapacidad para
controlar estas
acciones



Percepción de
empeoramiento de
la calidad de vida
debido a ello

COMPULSIONES: adicción a las pantallas



SI ESTOY PERMANENTEMENTE
CONECTADO A LAS REDES
SOCIALES Y LO PRIMERO QUE
HAGO AL LEVANTARME ES
CHEQUEAR INTERNET,

¿SOY ADICTO A LAS
PANTALLAS?

CRITERIOS:

- Pérdida de control
- Efectos perjudiciales (sociales y de salud)
- Sufrimiento

COMPULSIONES: adicción a las pantallas

5 CATEGORÍAS:

- 1 *Dependencia a la pornografía/cibersexo*
- 2 *Dependencia a la interacción en internet*
- 3 *Dependencia con carácter monetario (apuestas, etc)*
- 4 *Dependencia a la información*
- 5 *Dependencia a los juegos on line y de tipo playstation*



COMPULSIONES: adicción a las pantallas

SEÑALES PARA SU DETECCIÓN:



→ **SOCIALES** (compromete las relaciones)



→ **PSICOLÓGICAS** (estrategias para afrontar aburrimiento/abulia)



→ **FÍSICAS** (pérdida de atención puede provocar accidentes, etcétera)



→ **FINANCIERAS**

Las estadísticas de 2018 en Argentina muestran los siguientes indicadores:

▶ El tiempo diario de **conexión a internet** - antes de la pandemia - es de **8 horas y 12 minutos**.

▶ **3.5 horas diarias** estamos conectadxs a **redes sociales** (5to puesto mundial).

▶ Desbloqueamos el celular entre **80 y 120 veces al día**.



Relación entre pantallas y cantidad de habitantes (salto exponencial):



El promedio de habitantes por hogar es de **3,5 personas**.

- Hace 1 década, el promedio de pantallas por hogar era la mitad.



El promedio de pantallas por hogar es de **6 dispositivos**

(entre celulares, televisores, computadoras, tablets, etcétera).

- Hace 2 décadas, el promedio de pantallas por hogar era un tercio.

De la COMPULSIÓN a la ADICCIÓN

A la fecha, no hay consenso total sobre si el **uso problemático** de los dispositivos puede ser considerado una **adicción** (tal cual se entiende en relación a las sustancias psicoactivas o “drogas”), o una **compulsión**.



Sea cual fuere el posicionamiento teórico, para considerarlo problemático se toman los siguientes indicadores:



Pérdida de control



Sufrimiento



Efectos perjudiciales sobre la salud y en la esfera de los vínculos

De la COMPULSIÓN a la ADICCIÓN

Y también, los siguientes criterios para su detección:



SOCIALES:

compromete las relaciones interpersonales y los vínculos.



FINANCIEROS:

sitios de apuestas, compras compulsivas, suscripciones a webs pagas, etcétera.



PSICOLÓGICOS:

se emplean las pantallas como estrategia de afrontamiento de abulia, aburrimiento, estrés, angustia, etcétera.



FÍSICOS:

desde problemas posturales, de visión, de oído, sobrepeso, etc., hasta la posibilidad de sufrir accidentes por distracción.

Los riesgos de la HIPERCONNECTIVIDAD

¿Alguna vez te preguntaste qué trastornos físicos y psicológicos puede generar la dependencia a internet y a los dispositivos móviles?

A continuación repasamos algunos de ellos:

Trastornos FÍSICOS

- *Problemas de postura*
- *Dolores en las zonas cervical y lumbar*
- *Dolor de cabeza*
- *Problemas de visión y enfermedades oculares*
- *Problemas de audición*
- *Síndrome del Túnel Carpiano*
- *Sobrepeso y obesidad (por sedentarismo)*

Trastornos PSICOLÓGICOS

- ***Nomofobia (“No” “Móvil” “Fobia”): angustia causada por no tener acceso al celular)***

- ***Síndrome de abstinencia por dependencia de internet***

- ***Cibercondría (convencerse de padecer alguna enfermedad de cuya existencia se han enterado en Internet)***

- ***Descanso de mala calidad y alteración del ciclo de sueño***

- ***Deterioro en los vínculos interpersonales (“reales”)***

- ***Estrés***

Beneficios de la DESCONEXIÓN



Cuando estamos conversando con alguien y suena el aviso de un mensaje es común que atendamos inmediatamente a la pantalla. De forma habitual se producen situaciones donde el uso de la tecnología es disfuncional socialmente, incluso maleducado.

La capacidad para tomar decisiones intencionales para realizar un uso consciente y crítico de la tecnología no surge espontáneamente. Esta competencia necesita ser educada, entrenada.

Beneficios de la DESCONEXIÓN



- La desconexión digital trae como primer beneficio una potencial mejora en el descanso.

- Nos permite mantenernos alejados de la responsabilidad laboral. Por mucha responsabilidad que tengamos, es clave mantener una vida laboral diferenciada de la vida personal.

- Es importante para regular nuestros niveles de atención: es crucial no estar constantemente pegados a los comentarios y notificaciones.

Beneficios de la DESCONEJIÓN



- Mejora la conciliación familiar y las relaciones personales. No hablamos de contactos en redes sociales, sino de los reales. Alejar la vista de la pantalla nos hace centrarnos en las personas, fomentar las conversaciones.
- Reduce la tensión y el estrés. La desconexión digital relaja y nos hace fijarnos en el mundo analógico.
- Desconectarse conscientemente también es evitar la vigilancia y el control permanentes y por tanto hacer uso de la privacidad, la intimidad y la libertad como ciudadanxs.

MÓDULO VI

RECOMENDACIONES.
CIERRE.

Impacto del consumo en ámbitos laborales



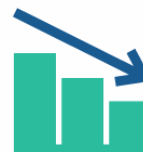
**RIESGO DE
ACCIDENTES**



**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?

EMPRESA

SINDICATO

OBRA SOCIAL

COMUNIDAD

¡Muchas gracias
por su atención!

oste Obra Social
FERROVIARIA