

Factores de riesgo y factores de protección

La adicción en una persona puede aumentar o disminuir dependiendo de sus características particulares, del medio donde vive y consume y de la sustancia que consume. Según sean tales circunstancias, se puede decir que una persona o una comunidad está expuesta a factores de riesgo o de protección (diagrama 3.2).

Los factores de riesgo influyen para que las probabilidades de que se desarrolle una adicción sean mayores. Por el contrario, los factores protectores disminuyen la probabilidad de la aparición de problemas relacionados al consumo de drogas. Para conocer más sobre los factores de riesgo y de protección en las adicciones, observa el recurso audiovisual [Prevención de adicciones](#).

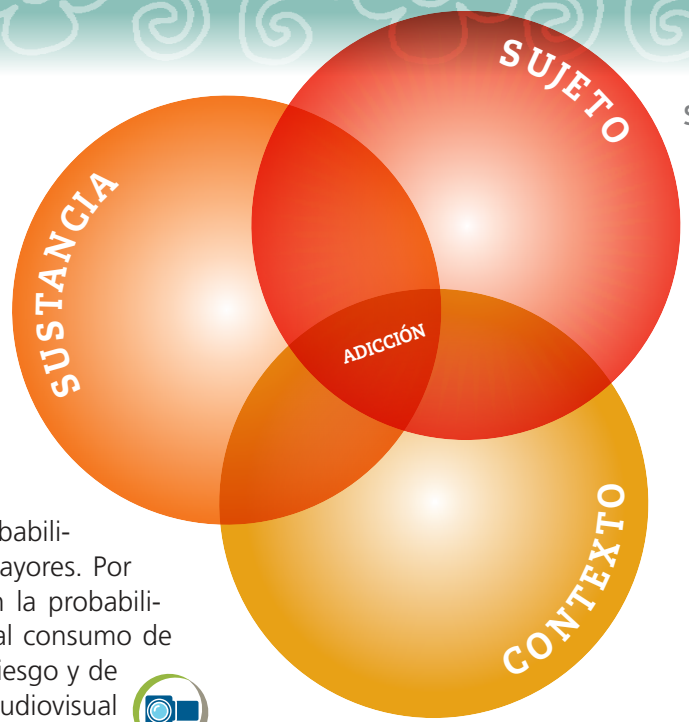


Diagrama 3.2 Factores que influyen en el desarrollo de una adicción.

Actividad 7

¿Cómo detectar los factores de riesgo y de protección?

1. Lee el texto.

La historia de Adolfo

Adolfo es un chico de quince años, divertido y alegre, a quien le encanta la música y salir con sus amigos. Se reúne con compañeros de la escuela, pero también con algunos vecinos de su colonia, con quienes casi siempre sale los fines de semana. Además, le gusta salir a correr, a caminar por el parque y, claro, ir a bailar. Ya desde hace algún tiempo cuando sale con sus amigos a bailar han comenzado a tomar, lo que antes no hacían.

Adolfo no tiene preferencia por ninguna bebida, además él sabe que el alcohol le hace daño. Cuando toma se siente mal, tiene dolor de cabeza, se le revuelve el estómago y hasta siente ganas de vomitar, y eso le quita lo divertido al asunto de la bailada. Pero con sus amigos pasa algo diferente: ellos no tienen problemas por tomar alcohol, al contrario, se sienten mucho mejor y dicen que les sirve para desinhibirse y pasarla bien. Cada fin de semana, Adolfo se propone no volver a tomar, pero cuando sale con sus amigos ellos son muy insistentes (figura 3.44) y Adolfo se siente presionado.

2. Elige, de acuerdo a la narración anterior, cuáles son los factores de riesgo a los que se enfrenta Adolfo al consumir alcohol y cuáles son los factores protectores que lo ayudarían a evitar que lo consumiera.

Factores de riesgo	Factores protectores

Debajo del cuadro escribe qué podría ayudar a Adolfo a tomar una mejor decisión.



3. Investiga qué otros factores protectores y de riesgo existen en torno a la persona y el contexto: familia, escuela, comunidad o amigos, y completa el cuadro con otros ejemplos además del mostrado en cada caso. Trabaja en tu cuaderno.

Factores de riesgo		Factores protectores	
Persona			
Ejemplo: considerar que hay adicciones que no perjudican a las personas.		Ejemplo: no estar de acuerdo con el consumo de drogas porque conocen que ocasionan trastornos a la persona y a la familia.	
Ambiente (familia)			
Ejemplo: historia familiar de alcoholismo o dependencia a algún tipo de droga.		Ejemplo: comunicación franca y sincera sobre temas de interés para el adolescente.	
Ambiente (escuela)			
Ejemplo: presencia de estudiantes que inviten al uso del alcohol y otras drogas.		Ejemplo: agrupaciones o instituciones que ofrezcan actividades deportivas.	
Ambiente (comunidad)			
Ejemplo: problemas de violencia.		Ejemplo: comunidad organizada.	

- Comparte con tus compañeros lo investigado y completa tu cuadro con otros factores que no hayas considerado.
- Reflexiona y escribe cuál es la importancia de conocer los factores protectores y de riesgo para tomar decisiones respecto al cuidado de tu salud.

■ Para terminar

Ahora que conoces más sobre cómo el consumo de ciertas sustancias genera una adicción que afecta el bienestar y la salud personal, familiar y social, es fundamental que cuando afrontes situaciones que te pongan en riesgo tomes decisiones a favor de tu salud y no te dejes llevar por las opiniones, los medios de comunicación o los ambientes donde te encuentres.

Recuerda que la responsabilidad de protegerte es tuya.

Ideas erróneas y realidades acerca del alcohol

- El alcohol es una sustancia que causa adicción.
- El alcohol es una droga.
- El abuso del alcohol causa tanto daño como otras drogas.
- El alcohol es una droga legal porque causa menos daño que otras.
- El alcohol ayuda a aumentar la temperatura del cuerpo.
- El alcohol favorece la circulación de la sangre.
- Si bebes alcohol, tienes muchos amigos.
- El alcohol soluciona los problemas.
- El alcohol infunde coraje.
- El hígado es el único órgano del cuerpo que elimina el alcohol.
- El efecto del alcohol es más rápido que el de otras drogas.
- Entre más alcohol tomas, menos daño te hace.