

§ **ALFONSO ZAVALAETA MARTINEZ-VARGAS**

Médico, Doctor en Farmacología (Universidad Cayetano Heredia)

Encargado del Área de Investigaciones, CEDRO

Profesor Principal, Coordinador Sección Farmacología, Facultad de Ciencia y Filosofía, Universidad Cayetano Heredia.

Subdirector, Centro Antidoping, Universidad Peruana Cayetano Heredia

Fue Director General, Centro Nacional de Control de Calidad, y Subjefe del Instituto Nacional de Salud, Ministerio de Salud.

Ganador de los Premios Nacionales Hipólito Unanue, Grunenthal, Roussell, Alberto Hurtado y Carlos Gutiérrez Noriega (CONCYTEC) por investigaciones en el área biomédica.

e-mail: azavaleta@cedro.org.pe

Capítulo 1

Resiliencia y programas
preventivos del consumo
de drogas

Carmen Masías Claux

RESILIENCIA Y PROGRAMAS PREVENTIVOS

*Carmen Masías Claux*¹

RESUMEN

La capacidad intrínseca del ser humano para enfrentar situaciones difíciles y adversas, en particular de los adolescentes menos favorecidos social, cultural y económicamente, es examinada por la autora. En un escenario enmarcado por limitaciones, desventajas y frustraciones, pareciera ser que justamente la resiliencia asume el rol de verdaderos escudos de protección para evitar la incorporación de comportamientos riesgosos y la convivencia con ellos. Esa capacidad de respuesta innata, se propone promoverla y afianzarla dentro de los programas preventivos de conductas de riesgo.

Palabras Clave: *Resiliencia, Jóvenes, Drogas.*

Prevención y Resiliencia

Hace unos días observaba la entrevista en televisión a una artista española-argentina quien describía la forma cómo había iniciado su pasión por el dibujo: durante la guerra civil española, a la edad de ocho años, cuando trabajaba en el campo en pastoreo. Lo único que atesoraba la familia era una cabra, una vaca y dos ovejas. El aburrimiento empezó a agobiar a la niña pues las jornadas comenzaban casi en la madrugada, terminando a las seis de la tarde. Fue ahí cuando ésta tomó una pequeña

¹ Subdirectora de CEDRO

rama caída de un árbol y sobre la tierra comenzó sus primeros esbozos, que ha continuado haciendo hasta hoy.

Al verla en la pantalla, al percibir su expresión de satisfacción en ese narrar suyo gozoso del pasado, a pesar de las circunstancias, entendemos en parte, lo que es la resiliencia: la capacidad de las personas para afrontar la adversidad y sacar de ella provecho.

Igualmente tuve oportunidad de enriquecer mi entendimiento de resiliencia en los últimos días de vida de mi madre. Al acomodar las cobijas de su cama, un día húmedo limeño y ya con la enfermedad haciendo sus estragos, ella con una enorme sonrisa expresó: “que maravilla, poder recibir todo este calor. Pensar, que cuando nací casi no tuvieron con qué abrigarme” (ella vio la luz, última de ocho hermanos, en el crudo invierno de fines de junio de Santiago de Chile, en una situación de pobreza pero también de esperanza) .

Al analizar estos dos hechos, por cierto, para mí, uno más conmovedor que el otro, en ambos, percibo a estas personas enfrentando un pasado. La artista lo recuerda como una situación que la lleva a crear. En el caso de mi madre, la resiliencia se manifiesta justo antes de enfrentar la muerte, como una actitud de “balance positivo” y de gratitud hacia la vida.

Los dos ejemplos hacen referencia a personas adultas, que miran el pasado y el presente con serenidad digna de imitarse. Pero ¿cuál es el rol de la resiliencia y cómo puede ésta ayudarnos en el caso de los niños y niñas, los y las adolescentes, las y los jóvenes? ¿Es posible potenciarla frente a las situaciones de riesgo en los programas preventivos dirigidos a esta población?

Entendemos por resiliencia aquel constructo que nos permite o nos facilita la comprensión de la persona humana más allá de sus sufrimientos, es decir el ser capaz de desarrollar sus potencialidades y recursos propios y no sólo de verse inmersa en situaciones de riesgo. La persona, ante quizás lo inevitable, usando sus recursos afectivos e intelectuales incluyendo su sentido del humor.

Gran parte de la población joven del mundo y en especial de los países en desarrollo, está creciendo en condiciones de adversidad. Los ataques terroristas, la guerra como respuesta, son situaciones extremas que parece dejarán de ser coyunturales para instalarse como parte de una agenda mundial que afecta, de forma especial, a niños, niñas, adolescentes y jóvenes, así como a mujeres adultas. Es difícil imaginar en este panorama el fortalecimiento de la resiliencia y sin embargo, esta se hace más necesaria que nunca.

No sólo la situación absurda y CONDENABLE de la guerra “pone a prueba”, por decirlo de algún modo, la resistencia de los humanos. También la adversidad tiene estrecha relación con los pocos recursos materiales con los que gran parte de la humanidad, sobre todo joven, debe subsistir y aún tener esperanzas y responder a lo que de ella se espera, es decir, conductas no perturbadoras del sistema.

El mundo, a pesar de las condiciones adversas de vida de la gran mayoría, sigue manteniendo la expectativa que los, las adolescentes y jóvenes alcancen una madurez, una adultez deseable, extinta de conductas disfuncionales y libre de consumo de drogas y de actos no éticos o perturbadores. Todo ello, sabemos fehacientemente, está estrechamente ligado a la calidad de vida no sólo material sino espiritual del sujeto, a la cultura familiar, a su entorno, a sus creencias y a su ideología.

Desde este enfoque, la población joven del Perú estaría en su mayoría, en situación de riesgo, así como la de otros países en vías de desarrollo, pero también la de otros países desarrollados 54% de pobres y 18% de pobres extremos en nuestro país, así como una prevalencia de maltrato muy alta (54%) en los hogares (Anicama 2,000), sería una condición “sine qua non” para el riesgo pero por qué no, para analizar la resiliencia. Con esta condición expresada y con la situación post traumática de la guerra terrorista y su represión nuestro país podría pasar a ser uno de los contextos más resilientes del mundo y ser visto como “un laboratorio”. Sin embargo, la resiliencia no se analiza aislándola como un invernadero, sino ligada, fundamentalmente a las características humanas.

Es por ejemplo importante, frente al concepto de resiliencia, analizar y entender “el como” los padres o tutores enfrentan la adversidad y que rol juegan las organizaciones naturales, las redes informales y el sentido de comunidad. Ello constituye un modelo o paradigma para los miembros de la familia, aunque es claro que la resiliencia es casi “un paquete propio” que cada uno o cada una tiene para enfrentar lo adverso.

Dentro del marco de la prevención de las situaciones y factores de riesgo, en relación con el uso indebido de sustancias, el embarazo no deseado y temprano, las conductas delictivas y la deserción escolar, Dryfoos ha concluido en que existen lo que él denomina “marcadores” de riesgo o predictores de riesgo y que estos se manifestarán o plasmarán en conductas de consumo de sustancias y otras, dependiendo de la mayor o menor resiliencia de los y las adolescentes y jóvenes.

Estos “marcadores” el autor los resume en lo siguiente:

- Inicio temprano de sustancias psicoactivas (antes de los 12 años).
- Problemas escolares: malas notas, agresividad, crueldad con los/las compañeros(as).
- Problemas familiares: falta de soporte de los padres/madres. Disfuncionalidad de la familia, más allá de cual sea su estructura.
- Modelos de padres /madres consumidores.
- Depresión.
- Poca tolerancia a la frustración.
- Débil identidad cultural.
- Conflicto de identidades.
- Carencia de habilidades y
- Pobre vínculo con los padres u otras figuras tutoriales.

Estos “marcadores” de los que nos habla Dryfoos, están en estrecha relación con el denominado “síndrome de riesgo”, es decir con el “grado de estructura y de organización de las diferentes conductas de riesgo y su covariación individual”.

Esta covariación individual puede entenderse fundamentalmente a través de las investigaciones de campo en adolescentes y jóvenes, cuyos

hallazgos nos aproximan a “como estos miran, como perciben el mundo”. Sin embargo, la pregunta subsiste en cuanto a la resiliencia: ¿Por qué muchos adolescentes y jóvenes en situaciones de enorme adversidad no se involucran en conductas de riesgo?. ¿Cuáles son aquellos factores y situaciones protectores que constituyen “su resiliencia”?

Jessor (1991) para explicar las conductas de riesgo propone las siguientes fuentes de varianza: biológica, genética, ambiental-social, la referida a percepción del medio, la de la personalidad de cada sujeto y la de la conducta manifiesta.

Ninguna de estas fuentes puede ser vista aisladamente ni va a pesar de forma contundente sin ser analizada en su relación con las demás. Un adolescente por ejemplo, desde lo biológico puede tener un padre alcohólico, sin embargo su propio cociente intelectual puede constituir un factor de protección influyente en sus decisiones y conductas.

Hemos estado acostumbrados a que la connotación de factor o situación de protección es opuesta a “factor de o situación de riesgo”. Sin embargo no lo es, simplemente se trata de factores o situaciones diferentes que funcionan de forma activa para promover conductas deseables ó no. En pocas palabras las categorías de causalidad están interrelacionadas entre sí.

Si regresamos al análisis de la pobreza y como esta juega un rol en el individuo, podríamos decir que esta puede tener un efecto en las expectativas del sujeto en cuanto a que quiere y que espera de la vida, de su propia vida. Esta percepción puede pasar a formar parte asimismo de su personalidad y puede influir en sus conductas.

Pero podríamos decir también que la situación de pobreza “ha teñido” al sujeto de una expectativa de cambiar las cosas, de transformar su propio ambiente y esto se ha convertido en un rasgo de persistencia internalizado y ha pasado a formar parte del sujeto que utiliza este “drive” para ir logrando metas de cambio en su propia vida. Ello posiblemente guiará sus conductas hacia el logro.

Rutter aporta sobre resiliencia lo siguiente: “ características de los niños, niñas, adolescentes que no tienen problemas conductuales o emocionales a pesar de haber tenido experiencias y estrés que en la población general están asociados al daño”. ” Habilidad de rebotar ... más aún de ser fortalecido(a) por la adversidad...”.

Para Rutter (1990), la resiliencia se origina en: a) un ambiente que promueva oportunidades. b) una personalidad fuerte con rasgos de autonomía y c) una capacidad de comunicarse, de poner en práctica habilidades, de tomar decisiones etc.

Para este mismo autor, la resiliencia no consiste en evitar la adversidad ni la situación de riesgo en general, sino más bien en una exposición controlada al riesgo. Es decir, la resiliencia está en relación al control que sobre la propia vida se ejerza. Es el “saber” lo que pasa. Es el conocer “el porque las cosas se dan de cierta manera y no de otra” aunque desearíamos que no sea así.

Cuando le preguntaron a una joven y famosa periodista norteamericana cómo había podido superar el hecho que sus dos padres hubiesen sido drogadictos y por lo tanto negligentes con su cuidado y el de sus hermanos, ella contestó: “yo sabía que estaban enfermos y sabía que me amaban”. Esta profesional enfrentó la más tremenda adversidad, incluso la de vivir en las calles de New York y terminar, en esas circunstancias su educación secundaria sin que nadie lo supiese en la escuela.

Un niño o una niña puede darse cuenta que su padre está alterado, que “la razón” es que hace meses que busca empleo sin encontrarlo y “perdona” su conducta porque la entiende, porque sabe cual es su origen. “Sabe” que está gritando no porque ella o él sea malo, sino porque su padre tiene “una razón”: su frustración ante la incapacidad de encontrar trabajo.

El comprender, el saber la situación, disminuye la ansiedad del sujeto, lo hace menos vulnerable a aquellas cosas que él o ella saben que no dependen de su conducta.

Es deseable la independencia entre los adolescentes y sus padres, más allá de lo importante del vínculo que es necesario fortalecer. El sentimiento de ser único o única y de saber que se puede tener control sobre la propia conducta y sobre la propia vida en general, otorga un sentimiento de “poder” que es parte de la resiliencia.

En algunas intervenciones DE ciertos programas de CEDRO en ambientes turgurizados, el trabajo con niños y adolescentes cuyos padres consumen y trafican con sustancias ilegales se vuelve una herramienta de empoderamiento de estas poblaciones jóvenes que aún en las peores circunstancias pueden adquirir el sentimiento y la percepción de ser únicos e importantes y manejar por lo tanto sus conductas más allá de determinismos familiares.

En este contexto, es de enorme importancia el involucramiento de las redes de soporte comunitarias, formales e informales, los liderazgos “naturales”, las comunidades religiosas y las tutorías, aún las espontáneas.

La existencia y la promoción de otros modelos representa una variable fundamental en la construcción de ambientes resilientes. Asimismo el juego, el arte, los espacios de fortalecimiento espiritual sean ó no estos religiosos.

Un niño o niña puede distanciarse de las conductas inadecuadas e incluso ilegales de los padres. Buscar por ejemplo, actividades sanas a través de los grupos de tutoría y no acompañar a sus progenitores en la venta de sustancias psicoactivas. Una adolescente puede entender el alcoholismo de su madre, sin juzgarla, pero sabiendo que no desea para sí misma esa situación.

Los niños y adolescentes pueden aprender estilos de afrontamiento así como a alejarse física y emocionalmente de las situaciones de riesgo y de la fatalidad, aún cuando sean sus padres ó no los que estén en ellas inmersos. Ejemplo de ello representan los cientos de adolescentes y jóvenes en el programa de “Toma de Conciencia” de CEDRO en las zonas del Alto Huallaga y el Valle del Ene Apurímac. La “cultura de la coca” (droga) empieza a dejar de ser percibida como un determinismo

frente al cual ellos y ellas nada puedan hacer. La naturaleza y sus posibilidades, entre ellas, sus beneficios pacificadores, ejerce una influencia en la resiliencia de estos adolescentes y jóvenes de las zonas mencionadas que empiezan a percibir su entorno natural con promesas de otras alternativas más allá de la producción y tráfico de drogas.

Crear programas preventivos del uso indebido de sustancias con los niños y niñas, los y las adolescentes y los y las jóvenes, implica generar y recoger la resiliencia ya instalada y fortalecerla, y tomar en cuenta ciertos principios que pueden servir de pautas en el desarrollo de los programas. Entre estos, los siguientes:

1. Los niños, niñas y adolescentes no tienen un ritmo uniforme de maduración. Tener igual edad no significa igual ritmo de maduración psicológica, biológica, social.

La situación precaria por ejemplo de algunos niños, niñas y adolescentes que trabajan puede acelerar una maduración en un sentido y tal vez no en otro. Asimismo varía la de aquellos y aquellas que han vivido en la calle por expulsión de sus hogares.

Por ejemplo, en programas de “Niños, Niñas y Adolescentes de la Calle” de CEDRO y de otras instituciones se encuentra que la maduración sexual de muchos de ellos ha sido precoz por las condiciones de hacinamiento y promiscuidad en el hogar de origen y en la misma calle.

La lectura desde la perspectiva biológica nos dice que los ritmos biológicos son singulares en cada individuo. Así, los niveles de vulnerabilidad biológica, la alimentación, las cogniciones, la auto-eficacia y otras variables contextuales, pueden jugar un rol importante en el desarrollo psicológico y social del o la adolescente.

2. En nuestro país, los ambientes y aquello que percibe el niño, la niña, los adolescentes, son muy diversos, aunque se tienda

a una cultura globalizada, sobre todo a través de los medios de comunicación masivos.

Y si bien existen diferencias marcadas sobre todo entre lo rural y lo urbano, la tendencia a la globalización, ofrece mensajes uniformizados y lenguajes compartidos universales más relacionados con la imagen que con la palabra.

Asimismo el fenómeno de “rapidización” en cuanto, a ciencia y tecnología, cada vez más acelerado, implica tomar en cuenta otro tipo de ritmos y lenguajes, sobre todo cuando nos referimos a programas dirigidos a adolescentes.

Los programas preventivos y de promoción de la resiliencia deberían promover el aprendizaje entre “culturas diferentes”, rescatando aquellos factores que desde lo rural o desde lo urbano promueven la resiliencia y pueden ser aprendidos y reforzados por diferentes grupos.

3. El mundo es configurado fundamentalmente por los adultos. La generación del terrorismo, la guerra, la prostitución, el afán de lucro desmedido e implacable, el narcotráfico etc. proviene de la construcción adulta.

Ello implica reflexionar profundamente sobre el mundo adulto así como sobre la no satanización de la población joven.

4. La población joven es manipulada por el mundo adulto. Este mundo adulto exhibe estereotipos que tienen por finalidad última fomentar el consumo masivo de la población joven.

La educación en valores no consumistas y el rescate de la espiritualidad y de la trascendencia se hacen cada vez más urgentes como variables que pueden incrementar la resiliencia.

5. Los programas dirigidos a adolescentes y jóvenes, sobre todo en lo que se refiere a su sexualidad y a la prevención del uso

indebido de sustancias, están enfocados, sobre todo en el mundo oficial, a atacar problemas y no a construir con los propios adolescentes y jóvenes espacios de atención cálidos, afectivos y comprensivos.

Se hace necesario un enfoque basado en las potencialidades, no condenatorio, que involucre la participación de los propios adolescentes y jóvenes, como un factor de incremento de la resiliencia.

El o la adolescente debe dejar de ser un chivo expiatorio, para convertirse, a través de los programas inteligentes, en sujeto de su propio desarrollo, con el apoyo adulto.

Es importante recordar que el o la adolescente prefiere “ser alguien” a ser nadie. Puede preferir ser detestado u odiado antes que ser ignorado, “no visto”... El “adultocentrismo” lleva a ignorar que la población joven tiene mucho que decir y que desea hacerlo.

La estigmatización de la adolescencia no promueve en lo absoluto la resiliencia. Por el contrario, atenta contra ella.

6. Los padres, madres, tutores, no se sienten, en muchos casos, preparados para comprender y asumir los cambios en sus hijos, sobre todo en la adolescencia. Por ello se hace necesario involucrarlos en programas participativos de comprensión de las etapas evolutivas y de las pautas de crianza.

Los padres, madres, pueden entender que potencialmente son sujetos preventivos. El hecho de prevenir o rehabilitar no debe dejarse totalmente en manos de “expertos” ni esperar milagros de “vacas sagradas” que en muchos casos pueden aprovechar del temor y la sumisión de los padres en aras de “curar” y de “promover la salud mental”, fomentando más bien prácticas reñidas con la ética y la moral.

Los padres y madres deben ser sujetos activos en la prevención y en la recuperación de sus hijos e hijas y no meros espectadores de muchas veces los experimentos de sujetos sin escrúpulos y/o “endiosados” dentro de su rol profesional o empírico.

Es deseable promover la resiliencia dentro de los profesionales de la salud mental, reconociendo asimismo los traumas que en muchos sujetos pudieran existir.

7. El maltrato intrafamiliar representa uno de los indicadores más preocupantes en lo que a salud mental se refiere en nuestro país y en América Latina. El factor mayor-menor resiliencia estaría estrechamente ligado a este indicador.

Es importante trabajar este factor como uno de los más importantes, para disminuir las situaciones de riesgo y crear resiliencia familiar y comunitaria. Las Demunas, las defensorías, los enfoques de conciliación y los esfuerzos por tratar padres-madres-profesores maltratantes, deberán reforzarse para aumentar la resiliencia.

8. Se está perdiendo en nuestras culturas la tradición de transmisión de adultos a niños, niñas y adolescentes como una forma de reforzar la identidad y de aumentar la resiliencia. Se hace necesario por lo tanto promover programas que tiendan a rescatar modelos adultos transmisores de cultura.

Los programas intergeneracionales tanto en zonas rurales como urbanas tenderán a fomentar la identidad y a evitar o disminuir el conflicto de identidades.

En un mundo fundamentalmente hedonista y promotor de lo joven (en cuanto al consumo, porque en otro plano lo niega) es importante rescatar los valores ligados a la tradición y la experiencia, así como a lo espiritual más allá del culto a lo físico.

Palabras finales:

En última instancia la resiliencia es la lucha para rescatar el desarrollo humano en toda su dimensión frente a la adversidad, frente a lo inevitable, frente a un mundo cada vez más enfrentado y polarizado que a su vez nos invita a pensar en formas nuevas de tolerancia, de comprensión, de entendimiento.

En los niños, niñas, adolescentes y jóvenes podemos encontrar como adultos que somos, una enorme e inagotable fuente de inspiración: sus propias resiliencias. Necesitamos solamente cambiar esa falta de empatía social desde los adultos frente a los adolescentes. Requerimos lo que el colombiano Restrepo nos plantea, “rescatar la ternura” y que esta se vuelque sin racismos ni sexismos, ni fundamentalismos. Requerimos lo que el chileno Marturana propugna: “acabar con los lenguajes hegemónicos” de todo tipo: profesionales, de género, religiosos, ideológicos, raciales, étnicos, etc.

Rescatar la resiliencia del mundo joven es también rescatar su lenguaje, su inconformismo, su angustia frente a un futuro que el mundo adulto aún no sabe delinear desde lo humano.

El Perú, a pesar de sus múltiples problemas cuenta con herramientas poderosas que promueven la resiliencia: el sentido de comunidad, la organización barrial incluyendo la juvenil que surge frente a la adversidad, la familia extensa, el trabajo comunitario (minka), el intercambio sin que medie moneda alguna (trueque), el sentido del humor basado fundamentalmente en el entrenamiento frente a la frustración, la creatividad como respuesta a lo inesperado, la multiculturalidad retando los uniformismos y la expectativa creciente frente a la modernidad.

Es indispensable tener una mirada hacia toda esta riqueza, para implementar programas que tomen en cuenta estas variables, recordando que cierta dosis de adversidad fortalece más que la no exposición absoluta al riesgo

REFERENCIAS

- Anicama, J.** Estudio Epidemiológico sobre La Violencia y Comportamientos Asociados en Lima Metropolitana y Callao. Lima: Universidad Nacional Federico y Ministerio de Salud. 2000.
- CBS.** Programa twenty/twenty: entrevistas varias. Junio, 2000.
- Canal “A”** (Argentina) Programa de entrevistas: Buenos Aires. 2001.
- Dryfoos, J. G.** Adolescent at Risk Oxford University Press, New York, 1990.
- Jessor, R.** Risk behavior in adolescence: A psychosocial framework for understanding and action. Journal of Adolescent Health 1991, 12: 597-605.
- Kotliarenko, R.** La Pobreza, desde la Mirada de La Resiliencia. Adolescencia al Día. Washington: OPS, Fundación Kellogg. 1995.
- Lara, A; Masias, C; Mejía, P.** CEDRO. Análisis de Programas dirigidos a Adolescentes. Lima: CEDRO. 1997-2,001
- Masías, C.** Experiencias de Vida.
- Programa de Salud y Desarrollo del Adolescente,** División de Promoción y Protección de La Salud. Adolescencia al Día, Resiliencia. Washington: OPS, Fundación W.K.Kellogg. 1999.
- Restrepo, J.** El Derecho a La Ternura. Bogota: Paidós. 1997.
- Rutter M and Rutter M.** **Growing Minds:** Personal Development Across The Life Span. New York : Basic Books . 1999.
- Rutter, M.** Psychosocial resilience and protective mechanism. In: Rolf J.; Masten A. S.; Cicchetti D. et al. (Eds). Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology. Cambridge. Cambridge University Press. 1990.