



¿Qué hay de verdad en lo que me cuentan y lo que me creo acerca de las drogas?

PARTE 1. Conceptos básicos

Belén Gutiérrez Bermejo.

Francisco Javier Moreno Martínez

Profesores Titulares de la Facultad de Psicología.

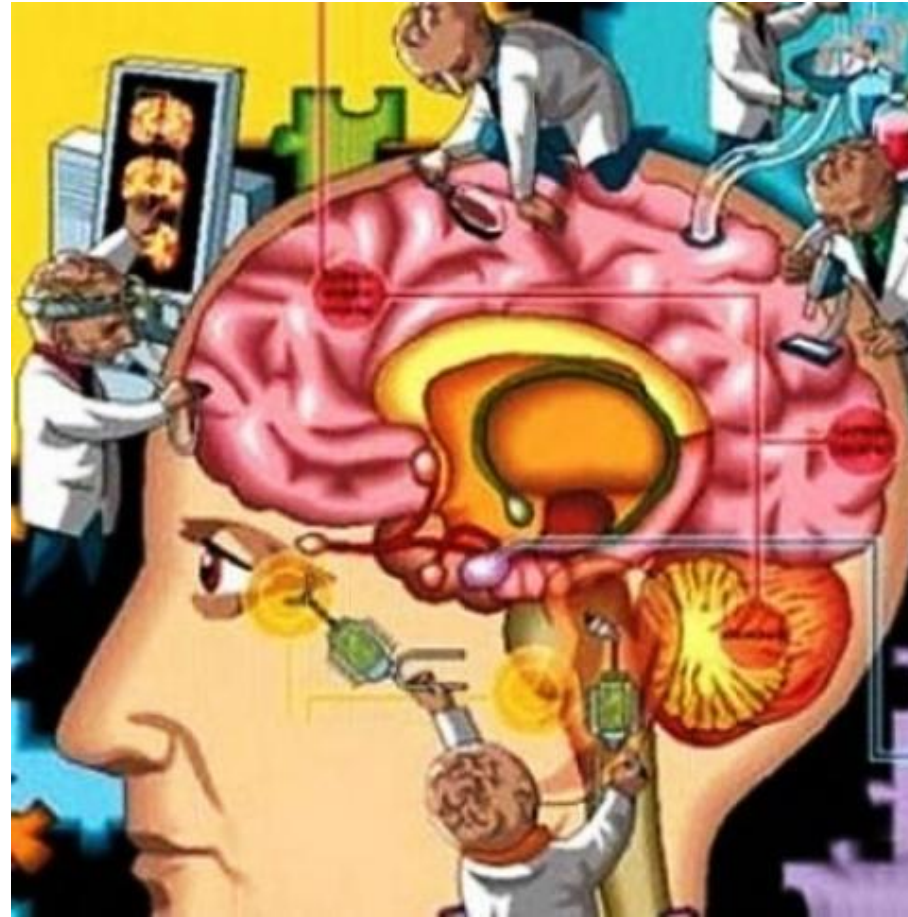
UNED

Esquema de la presentación. ¿De qué vamos a hablar hoy?

- Factores asociados consumo drogas:
 - Internos: Búsqueda de Sensaciones / Autocontrol.
 - Externos: Aspectos culturales / Sociales-grupales.
- El cerebro humano: Funcionamiento básico y su relación con las drogas.
- Concepto de droga.
- Conceptos asociados a las adicciones: Abuso, dependencia, etc.
- Algunas drogas y los mitos asociados con ellas.

Algunos factores iniciales que influyen en el consumo de Drogas

Factores Externos



Factores internos

Factores Internos y externos



Búsqueda de Sensaciones



Cultura española



Autocontrol



Presión de Grupo

Búsqueda de sensaciones



M. Zuckerman y los “buscadores de sensaciones”

- Parte de experimentos sobre deprivación sensorial (Años 60: Guerra Corea / Fría).
- Sensation seeking -búsqueda de sensaciones (BS)-. Rasgo de personalidad. Necesidad experimentar situaciones complejas, nuevas y variadas donde el deseo de correr riesgos constituye la motivación y el eje de la conducta: altos (BSr) y bajos (No BSr).
- Concepto muy unido al de impulsividad. Ambos suelen presentarse conjuntamente y poseen gran valor para describir el comportamiento adictivo.

Impulsividad: tendencia a la acción sin toma de conciencia, valoración o juicio anticipado. Predisposición a actuar, con poca o ninguna reflexión sobre las consecuencias de la conducta. Conlleva acciones rápidas, no planificadas, prevaleciendo la urgencia de obtener un refuerzo inmediato.

M. Zuckerman y los “buscadores de sensaciones: BSr”

BSr > presencia en hombres; la dimensión disminuye con edad; su > nivel se produce en adolescencia.

BSr prefiere estímulos sensoriales y sociales que produzcan sensaciones inusuales; hará cosas que un no BSr consideraría peligrosas y arriesgadas.

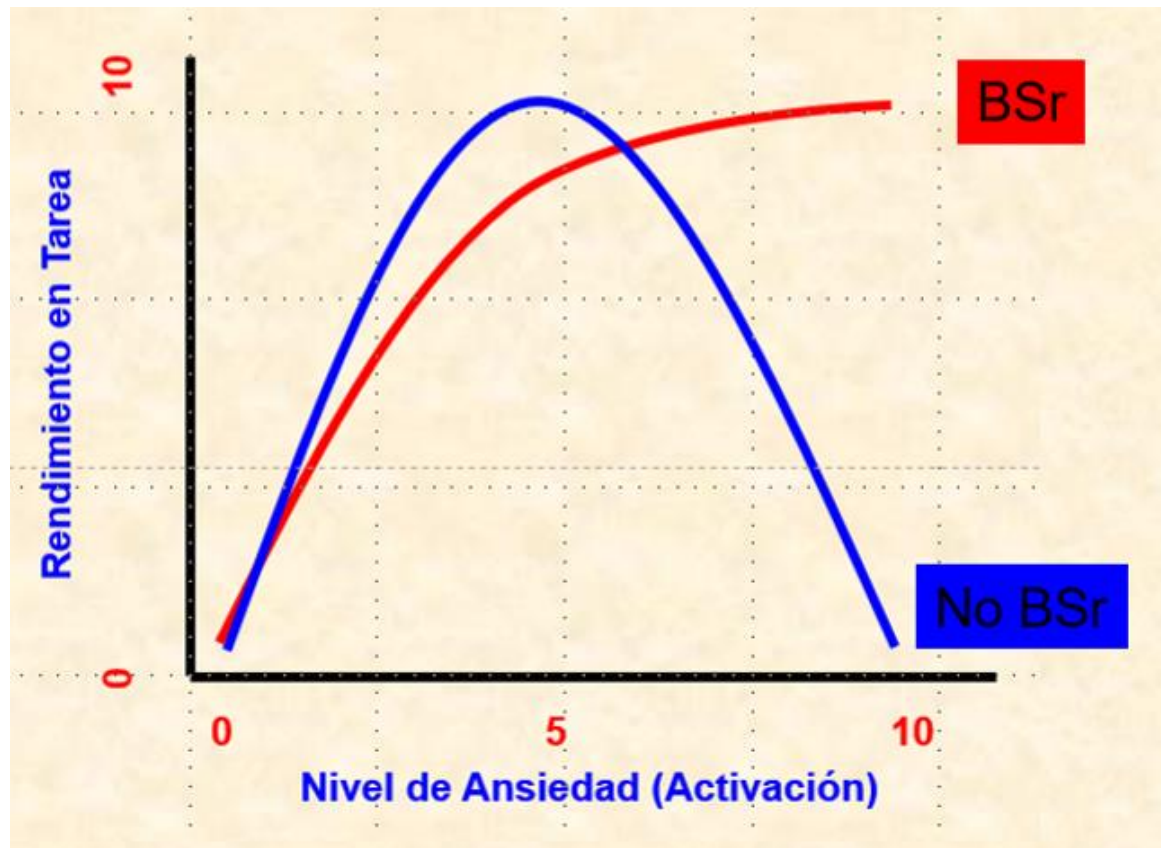
M. Zuckerman y los “buscadores de sensaciones: BSr”

BSr vs no BSr: Diferencias:

- 1) Percepción del riesgo. El BSr no tiene percepción de que la conducta (de riesgo) sea tal. No calcula bien el riesgo real. Eje: no contempla posibilidad de que hacer *puenting* sea peligroso. Posee un sesgo optimista: “tranquilo, todo irá bien”
- 2) Hay también diferencias en comportamiento al realizar conductas riesgo (que provocan alta ansiedad). No BSr se verá interferido por ansiedad y actuará mal, mientras BSr dará lo mejor de sí.

Curva de Yerkes-Dodson

2) También presentan diferencias en comportamiento frente a conducta riesgo (que provoca alta ansiedad). No BSR se verá interferido por ansiedad y actuará mal, mientras BSr dará lo mejor de sí.



Marvin Zuckerman



Un alto buscador de sensaciones (BSr) funciona mejor y es feliz con un nivel basal alto de activación, por lo que buscará mantener tal nivel de activación.

“Hambre estimular”: este tipo de persona sufre un déficit crónico de estimulación endógena, por ello, tiene la necesidad de compensar tal carencia mediante la captura de elementos externos potencialmente activadores y estimulantes. Es decir, debe buscar estimulación “externa” para paliar esta carencia “interna”.

Esta necesidad, combinada con la ausencia de mecanismos de autocontrol (impulsividad) y con cierta incapacidad de modular la conducta, nos permite comprender muchas conductas antisociales y/o delictivas.

M. Zuckerman y los “buscadores de sensaciones”

Correlatos conductuales BS verificados en distintos estudios:

- Menor percepción de riesgo.
- Mayor nº conductas de riesgo.
- Práctica deportes extremos.
- Conducción rápida de vehículos.
- Diversificación experiencias sexuales.
- Consumo de alcohol y de sustancias ilegales.
- Participación en juegos de apuestas.
- Elegir profesiones de alto riesgo -físico o social- (bombero, salvavidas, bróker).

Es decir, existe asociación entre tales conductas y binomio BS/impulsividad.

¡Ojo, asociación, no implica causalidad!

M. Zuckerman y los “buscadores de sensaciones”

Entonces...

¿Toda persona impulsiva y con un valor alto de BS se volverá adicta?

¡NO!

(necesariamente)

- 1) Factores biológicos: Genética. > probabilidad adicción con progenitores adictos.
- 2) Factores psicológicos: Personalidad, tolerancia frustración, autoestima, vacío emocional, habilidades de solución de problemas, de autocontrol (impulsividad), etc.
- 3) Factores ambientales: Entorno social / familiar, modelado, disponibilidad conducta problema.

El Autocontrol



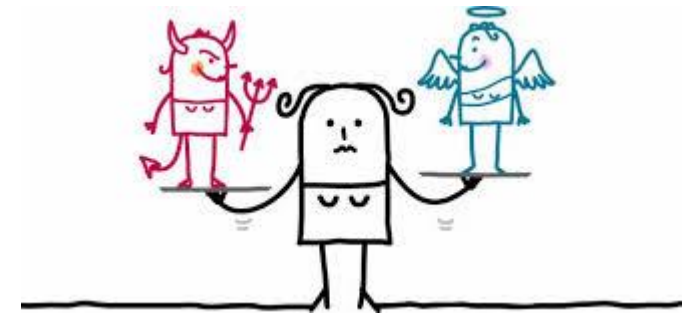
El Autocontrol

Se define como el control de los propios impulsos y reacciones (RAE, 2023)

Lo que deseo



Lo que hago



Los tres tipos de Autocontrol

AUTOCONTROL FISIOLÓGICO



AUTOCONTROL COGNITIVO



AUTOCONTROL CONDUCTUAL



Los tres tipos de Autocontrol

Diferentes situaciones a las que nos enfrentamos durante el día suponen la puesta en marcha de diferentes tipos de autocontrol.

- Cuando deseamos hacer algo que sabemos que no deberíamos hacer.
- Cuando no hacemos algo que sabemos que nos vendría bien.
- Cuando nos ponemos nerviosos.
- Cuando le damos vueltas a una idea sin sentido.

Diferentes situaciones



**Diferentes formas de
Autocontrol**

Autocontrol: Un vídeo divertido e ilustrativo



[Ver vídeo](#)

La Droga en nuestra cultura



La normalización del alcohol y el tabaco en nuestra cultura

- El alcohol está asociado a todo tipo de celebraciones.
- El alcohol y el tabaco marcan el paso a ser adultos.
- El alcohol y el tabaco se identificó inicialmente con masculinidad.
- El comercio del alcohol y del tabaco es de gran interés económico.

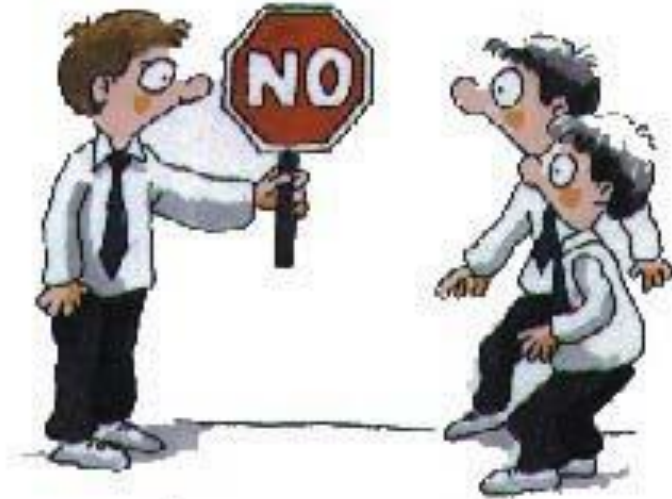


Presión de Grupo



¿Cómo actuar ante la presión de grupo?

- Saber “Decir que No”



- Resistirse a la presión de los demás



This is the end, beautiful friend...



Terminología básica

Uso (sustancia): consumo que no repercute negativamente en la salud de la persona.

Abuso: Concepto unido al de dependencia. Conjunto de manifestaciones fisiológicas, conductuales y cognitivas en el que el consumo de una droga supone una prioridad para la persona.

Adicción (RAE): Dependencia de sustancias o actividades nocivas para la salud o el equilibrio psíquico.

Tolerancia: necesidad de consumir mayor cantidad de una sustancia para alcanzar los efectos de los consumos anteriores.

Síndrome de abstinencia: conjunto de síntomas que sufre individuo cuando se ve privado bruscamente de alguna sustancia que anteriormente había consumido con regularidad y de la que tiene dependencia física.

DEPRESORAS	ESTIMULANTES	PERTURBADORAS
<p>Alcohol </p> <p>Opio y derivados (heroína, morfina, metadona) </p> <p>Ansiofíticos </p> <p>Hipnóticos </p>	<p>Anfetaminas </p> <p>Cocaína </p> <p>Speed </p> <p>Nicotina </p> <p>Cafeína </p> <p>Teína </p> <p>Teobromina </p>	<p>LSD </p> <p>Mescalina </p> <p>Hachís </p> <p>Marihuana </p> <p>Éxtasis </p> <p>Inhalantes </p>

Depresoras
<ul style="list-style-type: none"> • Alcohol • Opiáceos: heroína, morfina. • GHB (éxtasis líquido) • Otras: barbitúricos, ansiolíticos.

Estimulantes
<ul style="list-style-type: none"> • Tabaco • Cocaína • Metaanfetaminas. • Otros: xantinas (cafeína, teína y teobromina)

Alucinógenas
<ul style="list-style-type: none"> • Cannabis: marihuana y hachís. • Drogas sintéticas. • Ketamina.

Otras
<ul style="list-style-type: none"> • m-CPP

Deprivación sensorial



[Volver](#)

Rasgo / Estado

- **Rasgo:** propensión a exhibir un comportamiento consistente, similar, ante diferentes contextos o circunstancias. Constituye una disposición latente para comportarse de una manera parecida.
- **Estado:** característica de la personalidad transitoria que se da en un momento determinado y, por tanto, resulta fugaz y temporal.

Ejemplo en una situación de evaluación (examen/oposición)

Muchas personas tendrán un nivel elevado de ansiedad (> del que suelen presentar habitualmente). Es decir, presentarán un nivel alto de **ansiedad-estado**.

Sin embargo, las personas con un nivel alto de ansiedad en su vida cotidiana (**ansiedad-rasgo**), presentarán un mayor nivel de ansiedad en tal situación y en otras situaciones que no sean especialmente ansiógenas.