Cuarentena puede producir aumento en el consumo de drogas

La angustia, la incertidumbre, el desempleo y la pobreza que genera la cuarentena obligatoria podrían ser factores desencadenantes de un mayor consumo de drogas, especialmente de marihuana y alcohol.

Así lo reveló, recientemente, la Organización Mundial de la Salud (OMS), cuyas recomendaciones para hacer frente al estrés que genera la emergencia sanitaria fueron claras: “No busquen canalizar sus emociones fumando, bebiendo alcohol o consumiendo productos estupefacientes”.

Anuncio Patrocinado

En cuanto a cifras, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) informó que 4,4 millones de hombres y 1,2 millones de mujeres de América Latina y el Caribe sufren trastornos causados por el uso de drogas -como dependencia y otros padecimientos- en algún momento de su vida.

BUSCANDO ALIVIO

Al respecto, el psicólogo de la Universidad de Playa Ancha (UPLA), Juan Pablo Araya, comentó que, efectivamente, el mayor consumo de drogas (incluido el alcohol), se produce porque en condición de confinamiento, las personas buscan sentirse más tranquilas y aliviadas. Sin embargo, el consumo permanente de una sustancia genera resistencia en el organismo, por lo cual este efecto puede ser cada vez más efímero, y la persona requerir cada vez mayor consumo (dosis) para lograr el mismo efecto de calma o placer.



“Sin duda que esta situación de confinamiento despierta muchas emociones y, entre ellas, esta sensación de agobio, de incertidumbre que, evidentemente, pueden disparar otro tipo de estados emocionales”. Pero además advierte que “**otras cosas que se consumen también pueden generar comportamientos adictivos, como los videojuegos, los juegos en línea y la pornografía. Por lo tanto, si consideramos todo esto, no solo hablamos de alcohol, marihuana y cocaína… Estamos hablando de un conjunto diverso de sustancias o productos que se consumen que pueden ser favorecedores de adicciones”,** dijo Araya**.**

SUSTANCIAS

En cuanto a las drogas, el profesional diferenció aquellas que son lícitas de las que no lo son, y precisó que, en este último tiempo, las que mayor consumo han registrado son el alcohol -lícita- y la marihuana -ilícita-, pero cuyo consumo está extendido en poblaciones.

Aclaró que el consumo por sí solo, así como el consumo ocasional, no necesariamente generan adicción, pero sí puede constituirse en un “consumo problemático” si se hace a diario o frecuentemente, según el tipo y la calidad de sustancia que se consuma, el estado emocional y corporal de la persona que consume, y los efectos que este consumo provoquen en el entorno.

VARIABLES

El profesional fue enfático en precisar que no todas las personas que están en cuarentena obligatoria recurrirán a las drogas o el alcohol para lidiar con las emociones que genera el encierro, y que el consumo problemático involucra distintos factores que se conjugan en la situación de una persona, tales como una predisposición genética a algunas sustancias, las variables psicológicas y emocionales, el contexto familiar y factores sociales y ambientales.

En forma paralela, Juan Pablo Araya mencionó que en Chile hay un alto consumo de otras sustancias que también representan un comportamiento problemático, como medicamentos sin receta (analgésicos), relajantes musculares, antiinflamatorios, inductores del sueño, ansiolíticos y antidepresivos, y que habría que esperar que también aumente su consumo durante esta pandemia. Frente a ello, compartió algunas recomendaciones.

“Quizás ahí tangamos que hacer un examen a conciencia de qué y cuánto se está consumiendo, así como de cuándo y *para qué* lo hacemos. Un ejemplo muy concreto es, por ejemplo, revisar cuánto dinero estoy gastando en consumir, y también, si lo prefiero a realizar otras actividades que no impliquen consumo… Por otro lado, hay que insistir que, cuando hablamos de elementos que generan comportamientos adictivos, no solo debemos considerar las sustancias o las drogas”.

Por último, también deben considerarse en este tema variables del contexto social, así como condiciones económicas y culturales, que hacen que el consumo de drogas, medicamentos u otros productos, se vuelva una vía de satisfacción más inmediata y accesible para un número importante de personas, concluyó el psicólogo UPLA.

y tú, ¿qué opinas?