



Evaluación de un Modelo de Intervención Breve para Familiares de Usuarios de Alcohol y Drogas. Un Estudio Piloto.

Dra. Marcela Tiburcio Sainz, Dra. Guillermina Natera Rey.

La alta prevalencia actual del consumo de alcohol y otras drogas indica que la convivencia con un usuario de estas sustancias es una situación que se da con más frecuencia entre la población mexicana. En estas circunstancias, la diversidad de los problemas sociales y de salud que se asocian con el consumo, se convierte en importante fuente de tensión y malestar para los miembros de la familia.

Al interior de la familia y en el ambiente sociocultural existen mitos, valores, tradiciones y creencias que limitan la posibilidad de que los afectados reciban ayuda externa para hacer frente a los problemas relacionados con el consumo de sustancias. Por otra parte, las alternativas, para atender los problemas de salud de los familiares de los consumidores son escasas y poco accesibles. De ahí la necesidad de contar con un modelo de intervención que contribuya a que los familiares logren un mejor estado de salud física y psicológica.

En ese trabajo se documenta la evaluación de un modelo de intervención basado en la aproximación estrés-enfrentamiento-salud. Esta propuesta sugiere que las personas que conviven cotidianamente con usuarios de sustancias están expuestas a diversas experiencias desagradables que se manifiestan a nivel psicológico y físico. El conjunto de respuestas naturales a dicha tensión se conoce como enfrentamiento.

Con base en los hallazgos resultantes de una amplia investigación sobre este tema, se desarrolló un modelo de intervención dirigido a propiciar que los familiares identifiquen y reflexionen respecto a las formas en que le han hecho frente a este problema y a sus consecuencias para que logren reaccionar de formas más efectivas que ayuden a reducir su tensión.

La intervención consta de 5 pasos: 1) escuchar y explorar las percepciones y las circunstancias sobre como afecta el consumo a la familia; 2) proporcionar información objetiva y relevante sobre las sustancias y sus efectos; 3) identificar los mecanismos naturales de enfrentamiento y analizar sus ventajas y desventajas; 4) explorar el apoyo recibido, 5) canalización hacia fuentes de ayuda especializada.

Se llevó a cabo un estudio piloto con el objeto de evaluar la efectividad del modelo de intervención. El estudio consistió en la aplicación de los cinco pasos del modelo, en la comparación de las formas del enfrentamiento, y de la presencia de sintomatología física y psicológica, antes y tres meses después de la intervención.

En el estudio participaron 28 familiares de usuarios de alcohol y otras drogas a los que se contactó en un centro de atención psicológica, un centro comunitario y un centro especializado en el tratamiento de las adicciones.

El análisis de datos toma en cuenta a los casos que completaron los cinco pasos de la intervención. Los resultados mostraron que los informes sobre la frecuencia en el uso de las formas de enfrentamiento, de tolerancia y de involucramiento se redujeron.

Se observó así mismo un incremento en el empleo de algunas formas de enfrentamiento, relacionadas con el retiro, lo que en estudios previos se había identificado como un rasgo saludable.

Los hallazgos muestran también una disminución en la frecuencia con que los participantes

experimentaron síntomas físicos y psicológicos. La diferencia entre ambas mediciones (antes y después de la intervención) tiene significancia estadística en los reactivos "mareado o débil" ($z=-2.646$, $p<0.05$) y "presión en la cabeza" ($z=2.460$, $p<0.05$). En cuanto a la satisfacción respecto a la orientación recibida, los participantes indicaron que fue de mucha utilidad y que habían experimentado cambios tanto en su vida como en su relación con el usuario de alcohol o de drogas, a partir de que recibieron dicha orientación.

Los resultados indican que hubo una reducción de los síntomas expresados por los familiares y también cambios en las formas de enfrentamiento. Por esta razón, el modelo de intervención representa una alternativa viable para el abordaje de los problemas que se originan al vivir con un usuario de alcohol o de drogas.

FUENTE: Revista Salud Mental, Vol. 26, No. 5, Octubre 2003.

(El artículo completo se encuentra disponible para su consulta directamente en nuestro Centro de Información, en Francisco Sosa No. 230 en Coyoacán, D.F.)

