

La opinión de la Sociedad Europea para la Investigación en Prevención sobre los métodos inefectivos y potencialmente perjudiciales en la prevención del uso de sustancias

Actúa éticamente: Evita causar daño, utiliza la ciencia

La Sociedad Europea para la Investigación en Prevención (EUSPR, en sus siglas en inglés) se preocupa por las llamadas estrategias de prevención que se basan, principalmente, en proporcionar información a adolescentes y a niños sobre los riesgos y peligros del consumo de sustancias. Los informes del Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías (OEDT) indican que estas estrategias han sido ampliamente utilizadas en Europa. Algunas formas especialmente controvertidas de este tipo de métodos informativos son las denominadas tácticas de choque, donde se transmiten imágenes o relatos impactantes (algunos de ex consumidores de sustancias) sobre las consecuencias de este consumo a niños y adolescentes. Estamos preocupados porque estas estrategias, no solo son ineficaces y caras, sino que también pueden ser activamente perjudiciales, dando lugar a reacciones opuestas a las buscadas.

Varios países informan de testimonios de ex consumidores u obras de teatro que se centran en los resultados extremos del consumo de sustancias. Uno de los ejemplos más comercializados de este tipo de enfoque es una exposición móvil que presenta escenas e imágenes de una realidad virtual muy duras a adolescentes de 12 a 17 años. La exposición utiliza supuestamente la educación práctica interactiva que involucra todos los sentidos corporales para cambiar la comprensión de los adolescentes tanto de las drogas legales como ilegales. El objetivo de esta exposición es que los grupos de adolescentes experimenten las peores consecuencias del consumo de sustancias a través del uso de técnicas audiovisuales atractivas. Las respuestas emocionales y las fuertes impresiones que experimentan los jóvenes durante y poco después de estas exposiciones son típicas de las tácticas de miedo, aunque algunos defensores de este tipo de intervenciones afirmen que no hay ninguna intención de asustar.

El objetivo de la EUSPR (www.euspr.org) es identificar los avances y los conocimientos importantes que se han producido en la ciencia de la prevención durante los últimos veinte años y ponerlos en práctica en toda Europa. Sus miembros (científicos, profesionales y responsables políticos, europeos y allende sus fronteras) están comprometidos con la prevención basada en la ciencia. Sabemos que demostrar que “los jóvenes entienden” no implica que “los jóvenes” cambien su conducta. Asimismo, sabemos lo difícil que es demostrar la eficacia de la prevención en el cambio y el mantenimiento del

Con la colaboración de:

comportamiento, y lo difícil que es desarrollar intervenciones efectivas y luego aplicarlas de la forma más amplia posible. También somos conscientes que ciertos conceptos en este ámbito pueden resultar engañosos: muy a menudo se considera como prueba de “efectividad” que “les gustó” o que “quedaron muy impresionados”. Al mismo tiempo, nos sentimos frustrados por el hecho de que los métodos probados y comprobados para inducir sutilmente a los jóvenes a actuar de manera más segura y saludable a largo plazo son, a menudo, ignorados o permanecen desaprovechados.

Por lo tanto:

Entendemos el atractivo que supone “hacer algo”

1. Entendemos que los responsables políticos en la toma de decisiones, especialmente a nivel local y regional, sean proclives a invertir en intervenciones que transmiten un mensaje firme, visible y atractivo para el público de que “por fin se está haciendo algo”; con el objetivo de implicar a las organizaciones de la sociedad civil.
2. Entendemos por qué los padres, las autoridades educativas, los responsables políticos y la policía suelen encontrar la idea muy atractiva y creíble, ya que piensan que los jóvenes se inician en el consumo de drogas porque no se les ha advertido con suficiente intensidad sobre los peligros del uso de sustancias.
3. Entendemos por qué incluso expertos en otros campos, como la medicina, la farmacología, o las ciencias políticas, se sientan atraídos por la idea de que los jóvenes actúan de forma contraria al conocimiento adquirido porque el mensaje sobre los peligros no se les ha transmitido correctamente; o no ha sido divulgado por las personas adecuadas; o no se ha realizado con la credibilidad y el rigor científico; o mediante las técnicas más atractivas y modernas.

Estas tres suposiciones plausibles son utilizadas de manera eficaz por los impulsores de estas intervenciones informativas y alarmistas, muy sofisticadas desde una perspectiva audiovisual. Anteriormente, era de sentido común pensar que encarcelar a los consumidores de drogas disuadiría a los jóvenes de usarlas, o que sería mejor si los padres enseñaran a sus hijos cómo beber alcohol en casa. Desde entonces, la ciencia ha demostrado que estas suposiciones son totalmente erróneas, mostrando abrumadoramente efectos no significativos, e incluso adversos, de estos enfoques en las actitudes y comportamientos de los adolescentes relacionados con las drogas.


Los defensores de estos enfoques tienden también a afirmar que estos son muy efectivos y que han sido evaluados científicamente. Sin embargo, no es así. Los informes disponibles sobre estas intervenciones no muestran pruebas sólidas de efectividad ni satisfacen los estándares de evaluaciones científicas sólidas.

Pero ¿apoya la ciencia esta afinidad?

Numerosos estudios han identificado los factores de riesgo que conducen al consumo de sustancias, incluyendo revisiones de la literatura internacional sobre el uso y prevención de sustancias. La falta de información o la falta de conciencia sobre los peligros del uso de sustancias no han sido

identificados como factores de riesgo importantes en estas investigaciones. Por el contrario, algunos estudios incluso indican que el nivel de información puede estar asociado con un aumento del uso de sustancias. Esto significa que deberíamos pensar

cuidadosamente sobre qué información proporcionamos y de qué manera. De forma que no es la falta de información lo que lleva a los jóvenes a usar sustancias psicoactivas. Lo mismo ocurre en las poblaciones adultas: los médicos, suponemos, son los primeros en ser conscientes de las consecuencias para la salud del tabaquismo. Sin embargo, un número importante de ellos (por ejemplo, el 25% en Italia) fuma.

 **Estas intervenciones pueden aumentar el interés por el consumo de sustancias entre los jóvenes que buscan sensaciones.**

La neurociencia muestra que los rasgos que se manifiestan tempranamente, como las dificultades para mantener el control cognitivo, afectivo y conductual, conducen tanto al inicio temprano del uso de sustancias como a una rápida escalada hacia el uso problemático. En consecuencia, las técnicas y los métodos que pueden provocar unas emociones fuertes o, incluso, miedo (por ejemplo, simulaciones interactivas) es probable que resulten inspiradoras para aquellos que se sienten atraídos por el riesgo, el peligro y las nuevas sensaciones. Recordamos a los lectores el efecto del libro (y posteriormente de la película) de Christiane Feischerinow, “Yo, Cristina F.”. El enorme éxito del libro entre los adolescentes en su lanzamiento en 1975 fue seguido por un aumento sin precedentes en la adicción a la heroína en Alemania.

La neuropsicología explica por qué la provisión de información no disuade a los jóvenes del consumo de sustancias y otros problemas conductuales: a su edad, la conducta se determina más por el contexto social que por la elección individual. Los adolescentes responden con mayor intensidad a los estímulos emocionales y sociales y son más conscientes de las opiniones de sus compañeros. La búsqueda de recompensa aumenta en presencia de sus iguales cuando se estimula el sistema socioemocional del cerebro. La interacción de estos procesos explica por qué los adolescentes asumen riesgos como el consumo de sustancias con mayor frecuencia en entornos de grupos de iguales. Además, los desequilibrios neurobiológicos pueden alterar la percepción del riesgo. Por lo tanto, parece ser normativo, impulsado biológicamente y hasta cierto punto inevitable como resultado de la evolución, que los adolescentes muestren una tendencia hacia las exploraciones arriesgadas durante su adolescencia. El juicio maduro necesita tiempo para desarrollarse y, por lo tanto, las estrategias que simplemente proporcionan información (es decir, cognitivo-informativas) es poco probable los hagan más sabios, menos impulsivos o les den una mayor visión de futuro.

Por todo ello, queremos llamar la atención sobre el hecho de que este conjunto de propuestas que utilizan imágenes fuertes para impresionar e informar a los jóvenes, se fundamenta en la suposición errónea de que el uso de sustancias de los adolescentes (influenciado por la impulsividad, la interacción social y los procesos automáticos) pueda abordarse simplemente mediante la provisión de información y los procesos cognitivos. Incluso suponiendo que estas escenas que suscitan excitación emocional se discutan y contextualicen más tarde en el aula, estos debates sobre drogas y sus consecuencias son inútiles si no forman parte de intervenciones de alta calidad que produzcan cambios en el comportamiento, tomando en consideración los entornos socio conductuales y la influencia de los pares.

Recordemos que “efectivo” en la prevención suele significar que una intervención o estrategia ha sido probada utilizando



**Que un programa se utilice
ampliamente no dice nada sobre
su impacto**

métodos de investigación sólidos y se ha encontrado que contribuye a cambios positivos en el comportamiento o el bienestar de los participantes. Las intervenciones que no pueden demostrar cambios en el comportamiento, como un consumo reducido de sustancias, mejores habilidades sociales, más comunicación o mejor autocontrol, básicamente no pueden considerarse “efectivas”. También queremos señalar que todas las definiciones de “buena práctica” precisan de intervenciones que cuenten con objetivos en términos de conducta y se basen en un “modelo lógico”, un “modelo teórico” o una “teoría del cambio” sólidos. Las intervenciones informativas que se basan en imágenes o escenarios impactantes, o usan otras tácticas para infundir miedo no cumplen con estos criterios y, por lo tanto, están construidas sobre una base sin fundamento.

Si afirmaciones como “les gustó”, “quedaron impresionados”, “quieren más” o “lo recuerdan” fuesen argumentos válidos para mostrar su “efectividad”, entonces el mismo uso de sustancias debería considerarse como una intervención “basada en la evidencia” que los usuarios dicen lo mismo sobre su consumo de drogas. Tales afirmaciones constituyen parte de un estudio de satisfacción o apreciación pero no de su efectividad, por lo que no indican nada sobre el nivel de efectividad de la intervención.

Atención con el perjuicio a nuestros hijos

También es importante señalar que algunas estrategias de prevención pueden ser perjudiciales, ya que pueden aumentar el interés por iniciarse al consumo de sustancias o por adoptar prácticas de consumo más dañinas. Por poner un ejemplo, *Scared Straight* y otros programas de visitas a prisiones supusieron que confrontar a los jóvenes con las consecuencias reales del comportamiento criminal reduciría su riesgo de devenir delincuentes. Sin embargo, la ciencia de la prevención ha demostrado que estas intervenciones no sólo son ineficaces, sino que incluso pueden aumentar el riesgo de que los jóvenes cometan un delito.

Un ejemplo particularmente bien investigado sobre los efectos perjudiciales es la campaña del gobierno de EE. UU. en el 2003 contra el cannabis. Del mismo modo que las

exposiciones interactivas móviles descritas aquí e intervenciones similares, la campaña se basó en proveer contenidos visuales sobre cómo se consumía el cannabis y sus consecuencias. Esta campaña tuvo un efecto general nulo sobre las intenciones de consumir cannabis. Sin embargo, lo que resultó más sorprendente, es que aumentó la intención de probarlo entre los más inocentes, en concreto sobre aquellos que nunca habían oído hablar de él. Esto fue así porque la campaña intensificó la percepción, la “creencia normativa”, de que todo el mundo lo consumía.

De manera similar, un mensaje clave de muchas intervenciones audiovisuales son declaraciones exageradas como, por ejemplo, que hay un creciente problema de drogas en Europa. Sin embargo, los datos objetivos, comparables y fiables, recopilados por el OEDT sugieren que esto no es cierto para la mayoría de los países y la mayoría de las sustancias. Decir que muchas personas consumen drogas ilegales puede ser una buena táctica de venta pero, incluso cuando hablamos de intervenciones informativas bien informadas, puede acabar siendo perjudicial si aumenta la creencia normativa sobre el consumo: aunque no hayan sido evaluadas, como en el caso de las exposiciones móviles, por medios que sean considerados científicamente como válidos.

Teniendo en cuenta los estudios previos de prevención que dieron como resultado un consumo aún mayor de sustancias, nos vemos obligados a recordar a los lectores que gran parte de la prevención se centra principalmente en individuos, a menudo menores de edad, que no han expresado explícitamente su consentimiento o interés en recibir una intervención en particular. Además de los problemas éticos de someter a los adolescentes a intervenciones cuestionables sin su consentimiento, surge un problema aún mayor, nuestra responsabilidad como adultos de asegurar, como mínimo, que cualquier intervención dirigida nuestros hijos y adolescentes no produzca daños.

Por lo tanto, instamos a las autoridades educativas y a los responsables políticos que apliquen unas reglas muy simples:

- **Iniciar** una intervención solo si existe clara evidencia, de estudios serios, sobre los efectos positivos en el comportamiento y bienestar de los escolares.
- **Aplicarla con precaución** y con evaluaciones adicionales si la evidencia de cambio conductual no esta del todo probada, pero es prometedora.
- **No aplicarla en absoluto** si existe el menor indicio, incluso indirecto, de que puede causar algún daño. Algunos ejemplos de daño son: aumentar la intención del consumo, aumentar la creencia de que el consumo de sustancias es normal (aceptado) o normativo (todo el mundo lo hace), hacer que el consumo sea visto como algo atractivo, o mostrar a los participantes cómo usar las sustancias.

En consecuencia, instamos también a los padres y profesores a ser muy críticos y conscientes de las estrategias de prevención, y de aquellos que las promocionan, a las que pueden verse expuestos sus hijos si lo permiten. De la misma manera que no entendería que sus hijos fueran atendidos en el colegio por personal sanitario no capacitado, también deben oponerse activamente a toda práctica en la que sus hijos se vean expuestos a enfoques dudosos e ineficaces, como aquellos cuyo único propósito es proporcionar información, testimonios de ex consumidores, tácticas de choque o pruebas aleatorias de uso de drogas a los alumnos en la escuela. Ningunos de estos métodos ha demostrado

efectos positivos en prevención en adolescentes mientras que, a menudo, se ha demostrado que producen los efectos contrarios a lo prometido o planificado. Los defensores de las exposiciones informativas que llaman la atención sobre las drogas sugieren a los padres y al público que hay una falta de iniciativas preventivas. Esto es así, precisamente, porque la prevención eficaz y ética, a diferencia del activismo ruidoso, a menudo es invisible ya que está integrada en el sistema educativo y de trabajo de los jóvenes, o funciona creando entornos más seguros y acogedores para que los jóvenes progresen.

Utiliza la prevención basada en la ciencia

No cuestionamos el valor de proporcionar a los jóvenes información objetiva, creíble y equilibrada sobre las sustancias; esta información se puede introducir fácil y cómodamente en cualquier currículum escolar. Sin embargo, sí cuestionamos el valor de proporcionar solo información. La prevención es en realidad mucho más que concienciar: se trata de cambiar el comportamiento --y mantener esos cambios--, y de facilitar una socialización positiva. La provisión de información por sí sola contribuye muy poco a este objetivo, como la mayoría de nosotros podemos observar en nuestras propias vidas: somos totalmente conscientes, por ejemplo, de los peligros de un estilo de vida sedentario o de llevar una dieta poco saludable, sin embargo, no necesariamente cambiamos nuestro comportamiento.

Prevenir es más que concienciar

Los programas de prevención que presentan resultados positivos de forma consistente, mediante estudios de evaluación de alta calidad, se pueden

encontrar en el [registro Xchange](#) del OEDT. “Resultados” significa: cambio real en el comportamiento. Ninguno de los programas efectivos en este u otros registros nacionales se basa únicamente en la provisión de información y ninguno emplea tácticas de miedo. Ponemos especial atención en los criterios utilizados para establecer si una intervención es efectiva en este registro y en registros hermanos como, por ejemplo, [Grüne Liste Prävention](#) en Alemania. Un vistazo rápido a este recurso nos muestra que las afirmaciones sobre la efectividad de las exposiciones móviles con imágenes impactantes no tienen fundamento alguno, ya que no cumplen con los requisitos más simples para ser considerados “evaluados” desde una perspectiva basada en la evidencia.

Las prácticas de prevención y los principios de intervención que funcionan, se identifican mediante revisiones periódicas de todos los estudios de evaluación de alta calidad disponibles a nivel mundial, y se recogen en los [Estándares Internacionales de Prevención del Uso de Drogas](#) de la UNODC y en el [Portal de Mejores Prácticas](#) del OEDT. La provisión de información, las imágenes o escenarios impactantes y el uso de testimonios de ex consumidores se señalan, de forma consistente, como inefectivos en ambos recursos.

Somos conscientes que la ciencia evoluciona y que sus hallazgos pueden cambiar, y reconocemos que las intervenciones efectivas no funcionan en todas partes, ni para todos, de la misma forma. Sin embargo, hoy en día, la ciencia de la prevención nos proporciona conocimientos sólidos y herramientas sobre cómo prevenir el consumo de sustancias y promover conductas alternativas que son seguras y no perjudiciales para nuestros hijos.

La participación de la sociedad civil en la prevención no debe implicar que cualquiera pueda diseñar e implementar intervenciones de prevención a gran escala. En Europa, el sistema de acreditación para profesionales de la prevención en la República Checa constituye un modelo para las políticas de prevención: solo profesionales con un número mínimo de horas de formación en prevención basada en evidencia puede tener acceso a los jóvenes en el sistema educativo. Reconociendo así que la prevención es delicada y puede ser perjudicial: no todo el mundo deberá poder hacerlo. La prevención ética, basada en el principio de “no causar daño”, tiene que asegurarse de que las personas que hacen prevención con niños tengan las competencias necesarias para realizar ese trabajo.



La participación de la sociedad civil no debe implicar que cualquiera pueda diseñar la prevención

Las mejores opciones pueden ser también las menos costosas

Los responsables políticos y los legisladores cuentan con una gran variedad de intervenciones y políticas regulatorias locales que son efectivas y visibles, lo que genera capital político. ¿Para qué poner en riesgo la reputación personal por el hecho de asociarse con enfoques controvertidos, comerciales y defectuosos solo porque algún *influencer* está convencido que funcionan sin presentar la evidencia científica adecuada?

Los cuerpos policiales interesados y preocupados con la prevención disponen de multitud de formas de actuación basadas en la evidencia actuando, precisamente, desde el ámbito de la labor policial: estando presentes en las zonas escolares y de vida nocturna, garantizando una sensación de seguridad y reduciendo la presencia venta o dispensación de sustancias a menores. La policía juega un papel crucial a la hora de garantizar ambientes seguros y enriquecedores para la gente joven. ¿Por qué gastar recursos y tiempo en actividades informativas ineficaces?

Las autoridades educativas disfrutan de las mejores opciones, tanto de programas escolares basados en la evidencia como de estrategias de prevención ambiental centradas en ofrecer en un clima escolar positivo y seguro, así como reglas claras sobre el uso o la posesión de sustancias en sus instalaciones. La información sobre sustancias puede ser divulgada objetivamente dentro de cualquier programa escolar. ¿Por qué exponer a los estudiantes a narrativas exageradas que solo apelan a emociones efímeras pero que pueden resultar contraproducentes a largo plazo?

Las familias cuentan con una serie de prácticas de crianza efectivas que pueden usar en casa para proteger la salud conductual de sus hijos. Alentamos a los padres a que expresen claramente su opinión a la hora de rechazar su consentimiento, de forma que sus hijos no queden expuestos a intervenciones no probadas y potencialmente perjudiciales, como aquellas que utilizan ex consumidores, narrativas exageradas o imágenes impactantes. No es necesario asustar a los niños ni educarlos sobre prácticas y realidades desagradables que puedan inspirarlos a iniciar dicho comportamiento. Hecho especialmente probable si en la audiencia se encuentran jóvenes que impresionables o vulnerables.

Existen principios efectivos de **comunicación persuasiva** que se pueden utilizar en medios de comunicación que no resultan contraproducentes ni instigan la resistencia de los jóvenes.

Con este fin, los miembros de la EUSPR han adaptado el Currículo de Prevención Universal (Universal Prevention Curriculum – UPC) de renombre internacional en una versión más corta europea, publicada por el EMCDDA (accesible en su [página web](#)) como el Currículo de Prevención Europeo (European Prevention Curriculum – EUPC). En los cursos de formación relacionados, los responsables en la toma de decisiones, creadores de opinión y elaboradores de políticas adquieren, en cursos entre 2 y 5 días, los conocimientos necesarios sobre:

- principios, estrategias y programas de prevención realmente eficaces,
- cómo seleccionar mensajes persuasivos que realmente cambien las actitudes,
- cómo identificar estudios de evaluación que realmente respondan preguntas relevantes, y
- cómo evaluar una buena práctica genuina en materia de prevención.

El curso y su manual están basados en la mejor evidencia disponible sobre lo que funciona en prevención, fueron desarrollados por expertos sin intereses comerciales, y ayudan a los responsables en la toma de decisiones a identificar, también a protegerse a sí mismos y a los estudiantes destinatarios de ofertas de prevención ineficaces o incluso dañinas.

Deberíamos adoptar las políticas de prevención impulsadas por la racionalidad y la ciencia.

Nuestra Sociedad es perfectamente consciente de que la práctica de la prevención, en muchas partes de Europa, está muy por debajo de los estándares ideales del uso de estrategias efectivas basadas en evidencia. Sin embargo, ello no puede constituir una justificación para la elección de ofertas costosas ofertas

comerciales de prevención, que no han sido correctamente evaluadas, no se basan en la evidencia, y tienen fundamentos teóricos defectuosos o nulos, solo porque afirman ser más innovadoras y más capaces de llegar a los jóvenes y captar su atención. Llamar la atención es solo el primer paso en el proceso de prevención y los esfuerzos que se detienen allí generalmente resultan contraproducentes.

Deberíamos adoptar políticas de prevención impulsadas por la racionalidad y la ciencia, y no por las tasas de popularidad. Esto es particularmente importante cuando contamos con escaso dinero público para destinarlo a prevención. Los fondos deben ser gastados sabiamente, ya que la inversión en intervenciones inefectivas o dañinas desvía los recursos de las intervenciones efectivas. Las entidades que dan prioridad a tales intervenciones cuestionables, mediante su financiación, o apoyándolas públicamente, corren un riesgo en su reputación. Podría entenderse que están desviando los recursos disponibles para las intervenciones con beneficios probados para nuestra juventud, al tiempo que los emplean en ofertas a menudo comerciales con investigaciones falsas e ingredientes nocivos.

Hacemos un llamado a todas las instituciones involucradas en facilitar y apoyar programas escolares de prevención para que se adhieran a los estándares de calidad existentes en la prevención de drogas y para que reconsideren y rechacen de manera responsable la difusión y promoción de intervenciones que no están en línea con los estándares actuales de evidencia en Europa.

Hacemos un llamado al cumplimiento de los documentos clave aprobados de la Estrategia Europea sobre Drogas (*European Strategy on Drugs*) apoyada por sociedades profesionales e instituciones internacionales clave involucradas en la creación de calidad en la prevención: el Observatorio Europeo de las Drogas y las Toxicomanías – OEDT (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction – EMCDDA), la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (United Nations Office for Drugs and Crime – UNODC) y las Sociedades Europea y Americana de Investigación en Prevención (European and American Society for Prevention Research – EUSPR y SPR).

-
- Todos los documentos de posición de la EUSPR son declaraciones científicas independientes sobre la evidencia disponible sobre un tema particular, escritos por expertos seleccionados entre sus miembros y respaldados por la junta directiva de la EUSPR.
 - La EUSPR es una organización sin ánimo de lucro comprometida con la ciencia de la prevención y, como tal, no realiza ningún tipo de actividad comercial.
 - Los documentos de posición de la EUSPR dirigen su mensaje a un público más amplio y, por lo tanto, utilizan un lenguaje sencillo evitando la jerga científica. Por este motivo, no añadimos las referencias a los artículos científicos y revisiones de evidencia en los que hemos basado nuestras afirmaciones.
 - Los lectores interesados en los principios de las ciencias de la prevención pueden consultar el Manual de la EUPC y los estándares de la UNODC para la prevención del uso de sustancias.
 - Los lectores que tengan alguna inquietud o pregunta sobre una afirmación específica pueden contactar a president@euspr.org y solicitar referencias bibliográficas específicas sobre las declaraciones realizadas.
-