



Prevención 101: Factores de Riesgo y Protección

Publicado por El Centro Nacional Hispano y Latino de Capacitación
y Asistencia Técnica en Prevención
Fecha de publicación: Septiembre 2023

Introducción

Este mini libro electrónico proporciona a los profesionales de la prevención, proveedores y miembros de la comunidad información y recursos sobre la prevención del uso de sustancias, los factores de riesgo y de protección en las comunidades Hispana y Latina.

Al final del documento, encontrará recursos de fuentes confiables y consejos de acción y prevención para apoyar mejor a nuestras comunidades en este tema.

Esperamos que este recurso le sea útil y esperamos que pueda compartir la información con su familia, amigos y colegas.

Declaración de Inclusividad

Los Centros Nacionales Hispano y Latino ATTC y PTTC entienden que hay una gran cantidad de discusión importante que se centra en la terminología que los individuos eligen usar para la identificación racial, étnica, tradicional y cultural. Hay diferentes términos como Latinos, Hispanos, Latinx, Latine, Chicanos y otros, todos igualmente valiosos. Abogamos por la auto identificación de cada persona. Para este mini libro electrónico y recursos adicionales, nuestros Centros utilizarán el término Latino e Hispano.



INDICE

Introducción: ¿Que es la Prevención?.....	3
Resumen del Marco Estratégico de Prevención (SPF).....	3
Principio Rector Del SPF: Competencia Cultural.....	5
Principio Rector Del SPF: Sostenibilidad.....	6
¿Cuáles son los Factores De Riesgo Y Protección para la Juventud en las Comunidades Latinas?.....	7
Consumo de Sustancias Entre Los Jóvenes de las Comunidades Hispanas y Latinas.....	7
Consejos y Recursos De Prevención Para El Consumo De Sustancias Por Parte De Los Jovenes.....	10
¿Cuáles son los Factores de Riesgo y Protección para los Adultos en las Comunidades Hispanas y Latinas?.....	10
Centro de Capacitación y Asistencia Técnica de Prevención (PTTC).....	11
Recursos.....	12
Referencias.....	13
Reconocimiento del Autor.....	14



INTRODUCCION: ¿QUE ES LA PREVENCION?

El objetivo de la prevención es detener el inicio del uso de sustancias o la dependencia de drogas o alcohol. La prevención del uso de sustancias se enfoca en ayudar a las personas a desarrollar el conocimiento, las actitudes y las habilidades necesarias para reducir y prevenir las consecuencias del uso de sustancias y el desarrollo de trastornos por uso de sustancias. Los programas y actividades de prevención están diseñados para educar y apoyar a las personas y comunidades para prevenir el uso y abuso de drogas y el desarrollo de trastornos por uso de sustancias. Las estrategias de prevención del abuso de sustancias son impulsadas por la comunidad y se basan en las necesidades individuales de cada comunidad. Para los jóvenes, los programas de prevención del abuso de sustancias en las escuelas apoyan las relaciones positivas entre pares y promueven opciones saludables, el establecimiento de metas y el autocontrol. ^{6,7}

RESUMEN DEL MARCO ESTRATEGICO DE PREVENCION (SPF, POR SUS SIGLAS EN INGLES)

La Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés) desarrolló el Marco Estratégico de Prevención (SPF), que es un proceso de prevención basado en datos que los profesionales utilizan para intervenir sobre el uso de sustancias y problemas específicos de salud mental. El SPF define los rasgos esenciales de las estrategias de prevención de alta calidad, establece los principios rectores y los pasos de acción, y ofrece herramientas que las comunidades pueden usar para planificar y desarrollar programas de prevención que funcionan en base de las necesidades de su comunidad. El SPF incluye cinco pasos y dos principios rectores. Los cinco pasos del SPF son evaluación, capacidad, planificación, implementación y evaluación. Los principios rectores del SPF son la sostenibilidad y la competencia cultural. La sostenibilidad es el proceso de construir un sistema adaptativo y efectivo que logre y mantenga los resultados deseados a largo plazo. La competencia cultural es la capacidad de adaptar los programas de intervención de prevención a poblaciones de enfoque específicas. ⁵



RESUMEN DEL MARCO ESTRATEGICO DE PREVENCION (SPF) (CONT.)

El primer paso del SPF es la evaluación: durante la evaluación, datos de la comunidad se recopilan de varias fuentes para ayudar a los planificadores a identificar la naturaleza y el alcance de los problemas de abuso de sustancias y los comportamientos relacionados en la comunidad. Durante este proceso, se identifican los factores de riesgo y de protección que influyen o contribuyen a los problemas de uso de sustancias y comportamientos relacionados, e identificando los recursos existentes y la preparación de la comunidad para abordar sus problemas de uso de sustancias.⁵

El segundo paso del SPF es la capacidad: los recursos locales son creados y movilizados por la comunidad durante este paso. Esta construcción y movilización de la capacidad local crea la base necesaria para desarrollar esfuerzos de prevención efectivos. Se aborda la preparación de la comunidad para la prevención del abuso de sustancias y los recursos necesarios para realizar cambios positivos. Tres estrategias están incorporadas en la capacidad de prevención que son: implicar a las partes interesadas de la comunidad; desarrollar y fortalecer un equipo de prevención; y aumentar la conciencia de la comunidad. Los recursos necesarios para la prevención son humanos y estructurales para establecer y mantener un sistema de prevención eficaz.⁵

El tercer paso del SPF es la planificación: la planificación estratégica implica la colaboración con las partes interesadas de la comunidad, el uso de decisiones basadas en datos y la implementación de planes de prevención basados en evidencia antes de que el consumo de sustancias se convierta en un problema. El primer paso en un plan de prevención exitoso es identificar los factores de riesgo y protección que son las prioridades de la comunidad. Esto se logra determinando la importancia de cada factor y determinando si la comunidad tiene la capacidad de cambiar esos factores. El próximo paso es seleccionar intervenciones o prácticas apropiadas para la comunidad.⁵



RESUMEN DEL MARCO ESTRATEGICO DE PREVENCION (SPF) (CONT.)

Los criterios importantes que se deben incluir son la selección de programas y prácticas basados en evidencia:

- **Es el programa o la práctica un buen ajuste conceptual** (¿Este programa o práctica tendrá un impacto en al menos uno de los factores de riesgo y protección prioritarios de la comunidad?)
- **Es el programa o práctica un buen ajuste práctico** (¿Este programa o práctica es apropiado para nuestra comunidad?)⁵

El cuarto paso del SPF es la implementación: durante este tiempo, el plan de prevención se implementa en acción. Durante este paso, las comunidades entregan programas y prácticas, equilibran la fidelidad con las adaptaciones planificadas, retienen los componentes centrales y establecen el apoyo a la implementación y monitorean la implementación.⁵

El quinto y último paso del SPF es la evaluación: el propósito del proceso de evaluación es enriquecer la práctica de prevención. Hay varios pasos en el proceso de evaluación que incluyen llevar a cabo la evaluación del proceso, realizar una evaluación de los resultados, recomendar mejoras y hacer correcciones a mitad de curso, y el intercambio y el informe de los resultados de la evaluación.⁵

PRINCIPIO RECTOR DEL SPF - COMPETENCIA CULTURAL

Las poblaciones vulnerables enfrentan las amenazas de altos índices de abuso de sustancias, altos índices de suicidio y acceso reducido a los servicios de prevención. Estas disparidades agregan dificultades adicionales a la salud y el bienestar de las comunidades. La comunidad de indígenas Americanos y nativos de Alaska, la comunidad Hispana/Latina y los jóvenes LGBTQ se encuentran entre los grupos más afectados.⁵



PRINCIPIO RECTOR DEL SPF - COMPETENCIA CULTURAL (CONT.)

SAMHSA ha desarrollado principios de competencia cultural para la prevención. Los principios de prevención incluyen, entre otros, la inclusión de la población en todos los aspectos de la planificación de la prevención, usar una definición de comunidad basada en la población, subrayar la importancia de enfoques de prevención pertinentes y culturalmente apropiados, emplear evaluadores culturalmente competentes, y promover la competencia cultural entre el personal del programa, reflejando las comunidades a las que sirven.⁵

PRINCIPIO RECTOR DEL SPF - SOSTENIBILIDAD

La sostenibilidad es esencial para la comunidad. La sostenibilidad es la capacidad de producir y mantener resultados de prevención positivos. La planificación estratégica sostenible es necesaria para mantener el apoyo de la comunidad y los resultados positivos. La planificación estratégica sostenible requiere la participación, colaboración y dedicación de diversos miembros de la comunidad. Mantener un proceso de planificación exitoso lleva tiempo, los problemas de uso indebido de sustancias y las prioridades cambian, y necesita una implementación y colaboración exitosas para mantener resultados exitosos. Los planes de prevención integrales y sostenibles incluyen programas de promoción de habilidades juveniles en las escuelas, educación de los padres para apoyar el desarrollo saludable de los jóvenes, normas y reglamentos de la organización/comunidad que apoyan el comportamiento saludable y el cumplimiento de las normas y reglamentos de la comunidad.⁵



¿CUALES SON LOS FACTORES DE RIESGO Y PROTECCION PARA LA JUVENTUD EN LAS COMUNIDADES LATINAS?

El uso de alcohol, tabaco y sustancias ilícitas son problemas crecientes entre todos los jóvenes en los Estados Unidos. Los Latinos son el grupo minoritario étnico más grande de la nación, y dos tercios de ellos son de ascendencia Mexicana. Los Latinos reportan las tasas más altas de uso de sustancias entre los jóvenes. La edad promedio para experimentar con el uso de sustancias entre los jóvenes Latinos es de diez años. Los chicos Latinos son más propensos a consumir marihuana pero no alcohol ni cocaína. Los jóvenes que crecen en un hogar monoparental corren más riesgo de consumir sustancias que aquellos que crecen en un hogar biparental. La participación de la supervisión de los padres también juega un papel en el consumo de sustancias. La influencia de los hermanos contribuye a su consumo de sustancias. El estatus socioeconómico y la influencia de la comunidad son los ecosistemas que juegan un papel en el uso de sustancias por parte de los jóvenes Latinos. Los jóvenes de familias económicamente desfavorecidas son más propensos a consumir sustancias.¹

Cada comunidad tiene diferentes factores de riesgo que conducen al abuso de sustancias. Las comunidades Hispanas y Latinas corren un mayor riesgo de abuso de sustancias debido a factores de inmigración, pobreza, racismo y menos acceso a programas de prevención y asistencia. Las personas hispanas y latinas que residen en los Estados Unidos indocumentadas pueden experimentar mayores niveles de ansiedad y estrés debido al temor de ser deportados; esto podría conducir a un mayor consumo de sustancias. Las comunidades de bajos ingresos a menudo abusan de las sustancias para adormecer el estrés de su entorno de vida debido a la influencia de otros miembros de la comunidad.⁸

CONSUMO DE SUSTANCIAS ENTRE LOS JOVENES DE LAS COMUNIDADES HISPANAS Y LATINAS

La Encuesta Nacional sobre Uso de Drogas y Salud (NSDUH) es realizada anualmente por la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA).⁴



CONSUMO DE SUSTANCIAS ENTRE LOS JOVENES DE LAS COMUNIDADES HISPANAS Y LATINAS (CONT.)

Es una encuesta integral de entrevistas en los hogares sobre los trastornos por abuso de sustancias, la salud mental y la recepción de servicios de tratamiento para estos trastornos en los Estados Unidos. La población que cubre incluye la población civil no institucionalizada de doce años o más e incluye hogares, residencias universitarias, personas sin hogar en albergues, civiles en bases militares.⁴

Trastorno por Uso de Sustancias (SUD) Entre Adultos Hispanos (Mayores de 18 años):⁴

- 10.8 millones de adultos hispanos (mayores de 18 años) tenían un trastorno por uso de sustancias y/o una enfermedad mental.
- Los adultos jóvenes hispanos de 18 a 25 años eran los más propensos a tener un trastorno por uso de sustancias o un trastorno por uso de drogas en el último año.
- Las personas hispanas tienen menos probabilidades de tener un SUD en comparación con las personas indoamericanas o nativas de Alaska y multirraciales.
- Los hispanos eran más propensos que los asiáticos a tener un SUD.

Entre los Adultos Hispanos con un Trastorno por Uso de Sustancias:⁴

- 4 de cada 9 (2.5 millones) lucharon con el consumo de drogas ilícitas
- 3 de cada 4 (4.3 millones) tuvieron problemas con el consumo de alcohol
- 1 de cada 5 (1.1 millones) luchó con las drogas ilícitas y el alcohol

Consumo de Alcohol Entre Jóvenes Hispanos (Mayores de 12 años)⁴

- Dos quintas partes de los jóvenes hispanos de doce años o más consumieron alcohol durante el último mes
- Los jóvenes hispanos de 18 a 25 años tenían tasas más altas de consumo de alcohol que los jóvenes hispanos de 12 a 17 años



CONSUMO DE SUSTANCIAS ENTRE LOS JOVENES DE LAS COMUNIDADES HISPANAS Y LATINAS (CONT.)

Uso de Drogas Ilícitas⁴

- Entre los jóvenes hispanos (mayores de 12 años), la droga ilícita consumida con mayor frecuencia en el último año fue la marihuana (7.4 millones), seguida del uso indebido de drogas psicoterapéuticas, como estimulantes recetados, tranquilizantes, sedantes y analgésicos (2.5 millones). Además, el consumo de drogas del año pasado incluyó lo siguiente: alucinógenos (964 mil), cocaína (828 mil), inhalantes (521 mil), metanfetaminas (384 mil) y heroína (175 mil).
- Marihuana: el porcentaje de consumo de marihuana en el último mes fue mayor entre los adultos jóvenes hispanos de 18 a 25 años en comparación con los jóvenes hispanos de 12 a 17 años.
- Opiáceos: 1.8 millones de hispanos con uso indebido de opiáceos, de los cuales la mayoría eran usuarios de analgésicos recetados y aproximadamente uno de 10 usaba heroína en soledad.
- Cocaína: los jóvenes hispanos de 18 a 25 años tuvieron un mayor porcentaje de consumo de cocaína en el último año que los adultos hispanos de veintiséis años o más.

Un informe del Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas describe diferencias entre la población hispana de EE. UU. que incluyen:⁴

- Los puertorriqueños tienen la tasa más alta de uso reciente de drogas ilícitas (6.9%) y los sudamericanos tienen la más baja (2.1%).
- Los puertorriqueños tienen la tasa más alta de consumo reciente de marihuana (5.6 %), mientras que los cubanos y los sudamericanos tienen la más baja (2.1 %).
- Otros hispanos (individuos originarios de un país de habla hispana que no sea Puerto Rico, México, Cuba, América Central y América del Sur) tienen la tasa más alta de consumo reciente de cocaína (1.7 %), mientras que los cubanos tienen la tasa más baja (0.5 %).



CONSEJOS Y RECURSOS DE PREVENCIÓN PARA EL CONSUMO DE SUSTANCIAS POR PARTE DE LOS JOVENES

La adopción de programas de prevención de sustancias basados en evidencia para las comunidades, la promoción de conexiones positivas entre adultos y la orientación activa de los padres entre los niños puede ayudar a prevenir el inicio temprano del consumo de sustancias entre los jóvenes. Según la Clínica Mayo, que es un centro médico académico sin fines de lucro que se centra en la atención médica, la educación y la investigación integradas; Buenas estrategias preventivas para que los padres sepan involucrarse y ser conscientes de las actividades de sus hijos adolescentes y su paradero, establecer reglas y consecuencias, brindar apoyo y dar un buen ejemplo.²

¿CUALES SON LOS FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN PARA LOS ADULTOS EN LAS COMUNIDADES HISPANAS Y LATINAS?

SAMHSA ha creado recursos beneficiosos para los factores de riesgo y protección de los trastornos por uso de sustancias (SUD). Los factores de riesgo para el consumo de drogas incluyen elementos biológicos, psicológicos, familiares, comunitarios y culturales que contribuyen al consumo de sustancias. Los factores de protección individual son la autoconciencia positiva, la autoestima, el autocontrol y el equilibrio en la interacción social. En algunos casos, los factores de riesgo y protección son fijos y no cambian con el tiempo, mientras que, en otros, los factores pueden cambiar con el tiempo y se consideran variables. Los factores de riesgo variables incluyen el nivel de ingresos, el grupo de pares, las experiencias infantiles adversas y la situación laboral.³

Diferentes comunidades tienen factores protectores; por ejemplo, la religión o las prácticas basadas en la fe en las comunidades hispanas y latinas pueden ayudar a prevenir el abuso de sustancias o el trastorno por abuso de sustancias. El papel del apoyo familiar puede reducir el riesgo de abuso de sustancias. La crianza efectiva puede proporcionar enfoques de apoyo y efectivos para los factores estresantes como la pobreza, el divorcio, el duelo de los padres y la enfermedad mental de los padres.³



CENTRO DE CAPACITACION Y ASISTENCIA TECNICA DE PREVENCIÓN (PTTC)

El propósito de la Red de Centros de Capacitación y Asistencia Técnica para la Prevención (PTTC) es mejorar la implementación y entrega de intervenciones efectivas de prevención del abuso de sustancias y brindar servicios de capacitación y asistencia técnica en el campo de la prevención del abuso de sustancias. Para ello, desarrolla y difunde las herramientas y estrategias necesarias para mejorar la calidad de los esfuerzos de prevención del uso indebido de sustancias: brinda asistencia técnica intensiva y recursos de aprendizaje a los profesionales de la prevención para mejorar su comprensión de la ciencia de la prevención, los datos epidemiológicos y la implementación de estrategias basadas en la evidencia. y prácticas prometedoras; y desarrollar herramientas y recursos para involucrar a la próxima generación de profesionales de la prevención.⁹



RECURSOS

Recursos Adicionales

Puede visitar los siguientes sitios web para obtener más información de apoyo.

Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA)

5600 Fishers Lane

Rockville, MD 20857

Llamada gratuita: 1-877-SAMHSA-7 (1-877-726-4727)

TTY: 1-800-487-4889

Correo electrónico: samhsainfo@samhsa.hhs.gov

Tienda SAMHSA: <https://store.samhsa.gov>

Centro de Asistencia Técnica para Catástrofes de SAMHSA

Llamada gratuita: 1-800-308-3515

Correo electrónico: dtac@samhsa.hhs.gov

Página web: <https://www.samhsa.gov/dtac>

Aplicación móvil SAMHSA para Catástrofes

Página web: <https://store.samhsa.gov/product/samhsa-disaster>

Línea de Ayuda SAMHSA en Caso de Catástrofe

Llame gratis o envíe un mensaje de texto

1-800-985-5990 presiona "2".

Lenguaje de Signos Americano (ASL): Pulse el botón "ASL Now" de la página web o llame al 1-800-985-5990 desde su video-teléfono.

Página web: <https://disasterdistress.samhsa.gov>



RECURSOS

988 Línea de Prevención del Suicidio y Crisis

Llame o envíe un mensaje de texto: 988

Charla: 988lifeline.org

Para usuarios de TTY: Utilice su servicio de retransmisión preferido o marque el 711 y después el 988.

Página web: <https://988lifeline.org>

Página web (español): <https://988lifeline.org/help-yourself/en-espanol>

Línea de ayuda nacional de SAMHSA

Llamada gratuita: 1-800-662-HELP (1-800-662-4357) (24/7/365. servicio de información sobre remisión a tratamientos en inglés y español)

TTY: 1-800-487-4889

Página web: <https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline>

REFERENCIAS

1. Factores de Riesgo y Protección para el Inicio Temprano del Consumo de Sustancias: Un Estudio Longitudinal en Jóvenes de Origen Mexicano
2. Abuso de Drogas en Adolescentes: Ayude a su Adolescente a Evitar las Drogas
3. SAMHSA: Factores de Riesgo y Protección
4. Encuesta Nacional sobre Uso de Drogas y Salud 2020: Hispanos
5. Un Guía para el Marco Estratégico de Prevención de SAMHSA
6. Prevención e Intervención del Abuso de Sustancias
7. Prevención del Uso de Sustancias y Trastornos Mentales
8. SAMHSA: Equidad en la Salud Mental: Hispanos y Latinoamericanos
9. Red de Centros de Capacitación y Asistencia Técnica para la Prevención (PTTC)



RECONOCIMIENTO DEL AUTOR

Publicado en 2023 por el Centro Nacional Hispano y Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Prevención (PTTC), La Asociación Nacional Latina de Salud Mental y Adicciones (NLBHA) P.O. Box 1360, Pena Blanca, NM 87041.

PTTCnetwork.org/hispaniclatino

Este recurso fue preparado por El Centro Nacional Hispano y Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Prevención (PTTC), bajo un acuerdo cooperativo de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés). Todo el material que aparece en esta publicación, excepto la información tomada directamente de fuentes protegidas por derechos de autor son de dominio público y puede ser reproducido o copiado sin el permiso de SAMHSA o de los autores. Se agradece agregar la cita de la fuente. No reproduzca ni distribuya esta publicación por una tarifa sin la autorización específica por escrito de El Centro Nacional Hispano y Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Prevención (PTTC). Para más información sobre cómo obtener copias de esta publicación, llame al 720- 607-7897.

En el momento de esta publicación, Miriam E. Delphin-Rittmon, Ph. D, se desempeñaba como Subsecretaria de Salud Mental y Uso de Sustancias en el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. y Administradora de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias.

Las opiniones expresadas aquí son la opinión de El Centro Nacional Hispano y Latino de Capacitación y Asistencia Técnica en Prevención (PTTC), y no reflejan la posición oficial del Departamento de Salud y Servicios Humanos (DHHS, por sus siglas en inglés), SAMHSA. No se pretende o debe inferirse que el DHHS, SAMHSA, apoya o respalda oficialmente las opiniones descritas en este documento.

Este trabajo está respaldado por la subvención 1U79SP023012 del Departamento de Salud y Servicios Humanos, y la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias.

Publicado en 2023.