

PROFILAXIA DROGDEPENDENȚEI LA ADOLESCENȚI

Mircea Revenco, Inga Deliv, Ion Coșciug, Valentin Oprea, Svetlana Condratiuc

Laboratorul de Narcologie de pe lângă Catedra de Psihiatrie și Narcologie, Facultatea de Perfecționare a Medicilor a Universității de Stat de Medicină și Farmacie „Nicolae Testemițanu”

Summary

The prevention of drug addiction in adolescents

Literature data that provide information about the issue of prevention the drug addiction, alcohol, drugs or nicotine consume in teenagers must be considered a serious problem. Thus, it suggests the necessity of taking measures towards an eventual abuse of psychoactive substances or an addiction syndrome. Choosing of the recovery methods it will be the individually considered according to the behavioral characteristics, the type of abuse, the personal and familial problems.

Rezumat

Studiul datelor de literatură, privind profilaxia drogodependențelor a evidențiat că, orice consum de alcool, tutun sau droguri în copilărie sau adolescență trebuie considerat ca o adevărată problemă, care necesită anumite măsuri înaintea apariției unui eventual abuz sau a sindromului de dependență. Alegerea programului de recuperare, se va face strict individual ținând cont de caracteristicile comportamentale, tipul abuzului, problemele personale sau familiale.

Actualitatea temei

Prin dimensiunea sa, problema narcomaniei a devenit un univers patologic cu rădăcini culturale, biologice și ontogenetice, cu consecințe psihopatologice, somatopatologice, familiale, profesionale, sociale, economice și foarte frecvent criminogene. Dependența de substanțe psihoactive (SPA) se pare logic să devină astăzi una dintre direcțiile prioritare de activitate ale poliției, justiției, educatorilor, pedagogilor, psihologilor, asistenților sociali, medicinei întregi, dominant a psihiatriei și narcologiei, deoarece reprezintă o serioasă și extrem de dificilă problemă de sănătate publică. Creșterea numărului de adictivi corelează proporțional cu majorarea diferitor infracțiuni și răspândirea HIV-infecției. Atacarea fenomenului adictiv presupune profilaxia nu doar în aspect medical, dar obligator și în aspect social, individual, psihologic, politic, pedagogic, legal, etc [2; 3].

Actualmente, utilizarea de SPA manifestă tendințe de creștere impunătoare, în special evidente, printre reprezentanții tinerei generații - adolescenți și chiar copii. Abuzul de substanțe psihoactive în adolescență, a devenit una dintre cele mai dificile și stringente problemele cu care se confruntă psihiatrii, narcologii, psihoterapeuții, psihologii din întreaga lume.

Datele de statistică [1; 3; 7], demonstrează răspândirea epidemică a dependenței de substanțe psihoactive, nu numai în Republica Moldova, ci și la nivel mondial, concomitent constatându-se și tendința de „întinerire” a acestei patologii.

În literatura de profil accesibilă [1; 4; 5] este stipulat, că sindromul de dependență narcomanică la copii și adolescenți, comparativ cu adulții, se formează considerabil mai rapid, fenomenul fiind explicat prin instabilitatea proceselor metabolice, imaturitatea și insuficiența dezvoltării fiziologice a sistemului nervos central, celui vegetativ, endocrin și alte particularități specifice organismului uman în această perioadă de evoluție. Inițierea consumului de substanțe psihoactive, adeseori reprezintă un pattern comportamental patologic, elaborat în procesul de formare a personalității umane și determinat frecvent de ereditatea cu semnificație psihiatrică și/sau narcologică, de particularitățile psihologiei adolescentului, de relațiile interpersonale în cadrul familiei, instituției de învățământ, mediului microsocial ambiental, etc. [4; 6]. Din aceste motive, profilaxia dependenței de substanțe psihoactive, ar fi rațional să includă, atât lupta aprigă cu traficantii de droguri, cât și evidențierea factorilor, care favorizează dezvoltarea patologiilor respective, pentru ca ulterior să fie exclusă influența lor asupra organismului în creștere.

Obiectivele lucrării constau în studierea, elucidarea și trecerea în revistă a datelor, reflectate în literatura de profil, ce se referă la metodele de profilaxie primară, secundară și terțiară a drogdependenței la adolescenți.

Premizele studiului

- 1 Incidența crescută a adicțiilor în structura morbidității umane;
- 2 „Întinerirea” drogdependenței;
- 3 Eșecurile terapeutice și dificultatea readaptării sociale, familiale, profesionale a persoanelor drogdependente.

Rezultate și discuții

Drogdependențele adeseori se formează la adolescenții cu nivel intelectual înalt, fără particularități premorbide de dezvoltare, cu relații interpersonale satisfăcătoare. Este vorba de cazurile de narcomanie, care s-ar părea că se dezvoltă pe fondal nedeteriorat în aspect psihologic și/sau psihiatric. Se consideră că, în asemenea situații, una dintre cele mai importante cauze ar putea fi lipsa de informații veridice convingătoare, referitor la consumul de droguri și consecințele nefaste ale acestuia. Mecanismele psihologice ce stau la baza inițierii consumului de SPA constau în primul rând în absența posibilității indivizilor intelectual dezvoltăți de a-și satisface necesitățile intelectuale și emoționale. Viața este privită subiectiv de această categorie de adolescenți ca ceva „plicticos”, lipsit de sens, de colorit afectiv. Procesul de căutare conduce adeseori la consumul de așa-numite „stupefiante intelectuale” (mai frecvent este vorba de opiacee, cocaină). Persoanele menționate sunt adesea calificate de către specialiștii psihiatri-narcologi drept „narcomani plini de idei, de filosofie”, care consideră consumul de drog drept „prioritate”, „bunăstare supremă” [2].

În ultima perioadă de timp la radiou, televizor, tot mai frecvent sunt difuzate emisiuni cu tematică antialcoolică și antidrog, dar ele adeseori reprezintă comercializarea metodelor de tratament existente și mai rar au aspect profilactic. Probabil este logic de implicat specialiștii de profil pentru a pregăti niște informații în mass-media (emisiuni televizate, poate chiar sub aspect de seriale, publicații în presa periodică, etc.), care ar reflecta veridic atât situația epidemiologică la moment, cât și simptomele diferitor tipuri de narcomanie, acordarea primului ajutor în caz de intoxicații cu SPA ș.a. Profilaxia consumului de toxice trebuie să înceapă la o vârstă relativ mică (chiar din școala primară) și constă în educația familială corespunzătoare, încurajarea obiceiurilor sănătoase și promovarea unei bune comunicări familiale. Deoarece adolescenții cu părinții care fac abuz de diferite toxice (alcool, tutun) sunt mai predispuși să devină la rândul lor dependenți, este recomandat ca un astfel de comportament să fie evitat în prezența copiilor.

Respectul față de sine, relațiile familiale apropiate și exemplele pozitive, cresc încrederea adolescenților și îi încurajează pe aceștia să-și stabilească prioritățile și să ia deciziile corecte în tot ceea ce fac. Trebuie să se rețină că până la vârsta de 9 ani, copiii își formează o anumită atitudine asupra folosirii toxicelor. Studiind, datele de literatură [3; 5; 6], venim cu câteva sfaturi în educarea copiilor, care sunt recomandate pentru a evita consumul de droguri (**profilaxia primară**):

- *oferirea unui model pozitiv de viață.*

Ca părinte, există o mare responsabilitate în felul cum este educat copilul, consumul în prezența acestuia a alcoolului, țigărilor sau eventual al drogurilor, pot influența negativ opțiunile viitoare ale acestuia. Dacă unul dintre părinți sau ambii părinți au o problemă legată de consumul de SPA, este recomandat ajutorul medical specializat (psihoterapie).

- *împărtășirea convingerilor proprii.*

Este foarte important ca părinții să aibă încredere în alegerile pe care le fac copii lor, de asemenea părinții nu trebuie să contrazică convingerile acestora. De multe ori există o anumită influență a părinților asupra tuturor activităților adolescentului. Părinții pot utiliza diferite metode prin intermediul cărora pot să explice copiilor pericolul și consecințele utilizării toxicelor.

- *implicarea activă în educarea copilului.*

Păstrarea unei legături emoționale apropiate cu copilul este destul de dificilă, în special la vârsta adolescenței când aceștia doresc mai multă independență și intimitate. Este important ca orice părinte să cunoască prietenii din anturajul copilului și de asemenea cum își petrece acesta timpul liber. Stabilirea unui orar adecvat și petrecerea timpului liber în familie, este o opțiune atunci când se dorește supravegherea indirectă a copiilor. Părinții trebuie să îi îngăduie copilului să se implice în activitățile familiale și de asemenea să se țină cont și de părerea acestuia în stabilirea anumitor decizii care privesc întreaga familie.

- *perseverența și corectitudinea față de copil.*

Extremele în educația copilului (toleranța mare, respectiv pedepse prea aspre), pot crește riscul de consum și abuz de toxice în viitor. Nu sunt recomandate pedepsele fizice sau psihice ci mai degrabă trebuie găsite alte alternative în pedepsirea copiilor (implicarea în atribuțiile casnice, cititul suplimentar). De asemenea, atunci când este necesar, trebuie răsplătite și laudate anumite realizări școlare sau extrașcolare.

- *încurajarea anumitor activități.*

Părinții trebuie să-și încurajeze copiii în desfășurarea anumitor activități precum, sportul, activitățile religioase, cercurile de studiu sau cercurile artistice. Acest lucru crește încrederea în sine și îi face pe copii să se simtă utili și de asemenea să folosească cât mai util timpul liber.

- *oferirea tuturor informațiilor necesare.*

Orice părinte trebuie să se informeze personal asupra riscurilor utilizării toxicelor și nu trebuie să țină cont de eventualele informații eronate oferite de anumite persoane mai puțin competente. De asemenea părinții nu trebuie să compare experiența proprie cu cea a copilului său, deoarece fiecare individ este unic în felul său. Orice părinte care suspicionează utilizarea drogurilor în rândul copilului său, trebuie să apeleze la ajutor specializat, nefiind indicat ca acesta să rezolve singur problema, deoarece în cazul în care există un abuz de toxice, fie el acut sau cronic, este necesar tratamentul specializat (dezintoxicare și psihoterapie). Părinții trebuie să cunoască și semnele fizice sau psihice care apar în abuzul de toxice, pentru a evita posibilele complicații (tulburări de dezvoltare psihosomatică, tulburări psihiatrice, intoxicații acute cu comă și deces).

Consultul de specialitate (**profilaxia secundară**) - În cazul în care se suspicionează consumul de SPA în rândul adolescenților, trebuie să se ofere o importanță mare tuturor semnelor și simptomelor care pot apărea înaintea stabilirii unui consult de specialitate. Acest lucru va ușura diagnosticul specialiștilor. Specialiștii care pot diagnostica abuzul și dependența de substanțe toxice, sunt: medicul de familie, medicul generalist, medicul terapeut, medicul pediatru, psihologul, medicul psihiatru, asistentul social specializat în abordarea adolescenților care fac abuz de substanțe toxice.

În cazul în care medicul suspicionează un eventual abuz de toxice al adolescentului, anamneza și examenul fizic general au o importanță mare în stabilirea diagnosticului. Întrebările legate de atitudinea adolescentului față de alcool sau droguri, comportamentul inadecvat al acestuia sau evidențierea unui istoric pozitiv pentru utilizarea toxicelor, sunt parte a anamnezei și pot evidenția anumite semne caracteristice abuzului sau dependenței de toxice.

Deoarece unele afecțiuni psihiatrice, precum sindromul de hipereactivitate asociat cu deficit de atenție, depresia, tulburările anxioase și tulburările de stres posttraumatic, sunt frecvente în rândul adolescenților cu abuz de substanțe toxice (droguri), este necesară și o evaluare corespunzătoare psihiatrică. Prezența unor astfel de afecțiuni face tratamentul mult mai dificil, deoarece deseori este necesar și un tratament specific pentru sindroamele psihiatrice asociate.

Medicul poate să întrebe orice copil trecut peste vârsta de 9 ani, despre atitudinea acestuia în legătură cu folosirea alcoolului, tutunului sau a altor toxice. Aceste discuții trebuie continuate pe parcursul vizitelor regulate, astfel încât să se poată diagnostica la timp un eventual abuz.

Profilaxia la vârste cât mai mici este extrem de utilă, deoarece majoritatea adolescenților încep consumul toxicelor la aceste vârste. Medicul de familie are obligația să recomande tratamentul de specialitate și părinților care consumă diferite toxice.

Majoritatea adolescenților nu renunță la consumul de droguri din proprie inițiativă, fiind astfel necesar tratamentul de specialitate. De aceea este foarte important ca tratamentul să fie personalizat pentru fiecare adolescent în parte (în special cel care include consilierea psihologică). Trebuie să se identifice de asemenea cu precizie și substanța care este folosită de adolescent, deoarece tratamentul de dezintoxicare diferă de la un drog la altul.

Este de asemenea important ca adolescentul să fie informat asupra efectelor nocive pe care toxicele le au asupra sănătății proprii, cât și asupra implicațiilor legale și sociale legate de abuzul de toxice. La nivelul la care doar s-a experimentat un toxic, este utilă implicarea adolescentului în diferite activități școlare sau extrașcolare (diferite hobby-uri, cercuri artistice, sport), care împreună cu sprijinul familial adecvat (petrecerea timpului liber împreună cu familia, implicarea în responsabilitățile casnice, etc) ajută adolescentul să treacă mai ușor peste acest impas și îl ajută să-și dezvolte anumite aptitudini care îl vor feri pe viitor de anumite tentații nedorite.

În cazul în care există un consum regulat de toxice la un adolescent, este necesar tratamentul medical specializat. Acest stadiu este caracteristic adolescenților cu diferite probleme de ordin emoțional, astfel în aceste situații trebuie căutată cauza pentru a trata corect abuzul. Se recomandă asocierea psihoterapiei (individuală și de grup), precum și găsirea unor activități care să întărească respectul de sine și care să-i ocupe acestuia timpul liber.

În cazul, în care este identificat un abuz sau o dependență de SPA, este necesar un tratament îndelungat, împărțit pe mai multe etape și care necesită o perioadă de recuperare mai îndelungată. În acest caz trebuie să se acorde o atenție specială simptomelor de sevraj. Tratamentul medicamentos trebuie obligatoriu asociat cu psihoterapia, care ajută adolescentul să-și controleze pornirile violente, diminuează simptomele depresiei și eliberează sentimentele de frustrare. În final nu trebuie să se uite că sprijinul familiei este extrem de important pe toată perioada recuperării [1; 3; 4; 5].

Reabilitarea adolescenților cu abuz și dependență de SPA prevede mai multe tipuri de programe:

a) programe care necesită internarea pacientului - acest tip de program este extrem de bine structurat și foarte bine supravegheat. Există diferite centre specializate dar și anumite spitale care oferă posibilitatea înscrierii într-un astfel de program. Un astfel de program are și un tratament suplimentar de recuperare și încurajare, util în convalescență adolescentului. Denumirile generice ale programelor de acest tip sunt bazate pe principiile terapiei de grup (Alcoolicii Anonimi sau Narcomanii Anonimi). Un alt tip de terapie care necesită internarea pacientului într-un spital, sunt programele de terapie comunitară. Acesta poate dura aproximativ 2 ani, iar majoritatea adolescenților tratați în această modalitate, aleg să lucreze la rândul lor într-un astfel de program.

b) programe care nu necesită internarea pacientului - aceste programe variază destul de mult și implică psihoterapie asociată cu terapie familială.

- programul pentru tratamentul zilnic, necesită petrecerea a cel puțin 8 ore pe zi, în centrul de recuperare, ca apoi pacientul să-și petreacă noaptea acasă. Aceste programe au de obicei aceleași componente ca și programele care necesită internarea pe o perioadă mai lungă (terapie individuală și terapie familială, terapie de grup). Avantajul acestui tip de program, sunt costurile mai mici;

- programele de „reabilitare în 12 pași”, sunt recomandate în cazul pacienților care nu necesită internare și tratament intensiv. Acest tip de program are o durată variabilă și necesită urmarea atentă a mai multor etape, pe parcursul a mai multor săptămâni;

- programele de reabilitare ambientală, sunt de asemenea utile în tratamentul și recuperarea adolescenților cu dependență și abuz de toxice. Acestea constau în organizarea unor tabere cu diferite locații geografice, unde adolescenții pot avea parte de un tratament asemănător

oricărui centru de reabilitare specializat. O astfel de experiență îl ajută pe adolescent să-și controleze furia și să-și îmbunătățească relațiile cu prietenii și familia. Ca și majoritatea programelor de reabilitare, acest program are o componentă de tratament și reabilitare psihică (terapie individuală și de grup).

Alegerea programului de reabilitare, se face pentru fiecare adolescent în parte și trebuie să țină cont de caracteristicile comportamentale, de tipul abuzului și de problemele personale sau familiale. De asemenea tratamentul trebuie să-i ofere adolescentului șansa de a-și continua educația și de a avea o viață cât se poate de normală. Majoritatea adolescenților doresc să-și continue studiile odată cu terminarea tratamentului. În cazul în care tratamentul are o durată mai lungă, nu este recomandată întreruperea studiilor în perioada de reabilitare (după dezintoxicare și psihoterapie). Continuarea studiilor crește încrederea în sine și oferă șansa unei realizări academice în viitor. Activitățile școlare trebuie combinate cu cele extrașcolare și de asemenea cu psihoterapia de întreținere.

Abuzul de SPA este o problemă care nu afectează doar adolescentul ci și familia acestuia. Deseori poate fi utilă terapia familială, astfel că părinții aleg să participe la anumite programe special concepute în acest scop. Acest tip de terapie de grup este utilă, deoarece îi ajută pe părinți să înțeleagă mai bine implicațiile consumului și abuzului de toxice și nu în ultimul rând, îi poate ajuta pe aceștia să stabilească o relație apropiată cu adolescentul.

Stoparea consumului de alcool, țigări sau alte droguri, este doar primul pas în reabilitarea completă a adolescentului. Deseori există și o dependență psihică pentru substanța respectivă, de aceea este destul de dificil să se facă profilaxia unor eventuale recăderi (**profilaxie terțiară**), [3; 5].

Recăderile sunt destul de frecvent întâlnite în rândul adolescenților cu abuz de toxice și nu trebuie considerate ca un eșec al tratamentului. Majoritatea acestor recăderi apar în primele 3 luni după tratament și necesită reluarea acestuia. În acest caz, perioada de recuperare poate dura mai mult. Există mai multe modalități care îl pot ajuta pe adolescent să rămână abstinent și să evite eventualele recăderi:

- programul de recuperare prelungit, îl ajută pe adolescent să-și dezvolte anumite abilități care îl vor ajuta să treacă peste situațiile de criză și îl vor feri de eventualele recăderi;

- tratamentul este complet dacă adolescentul nu a mai consumat toxice pentru o perioadă mai lungă de 1 an (2 ani), acest interval necesitând o atenție specială din partea specialistului și a familiei, dat fiind faptul că adolescentul are o vulnerabilitate crescută și riscul recurențelor este mare;

- găsirea unor activități extrașcolare sau a unui hobby, pentru a ocupa cât mai util timpul liber al adolescentului;

- tratamentul psihiatric adecvat. Adolescenții care au o problemă legată de abuzul de SPA, asociază deseori și anumite afecțiuni psihiatrice precum depresia, tulburarea de hipereactivitate asociată cu deficit de atenție, ș.a. Toate aceste afecțiuni necesită tratament de specialitate. Tratarea corectă a tulburărilor de acest fel, scade riscul recidivelor de consum și abuz de toxice.

Concluzii

Orice consum de alcool, tutun sau droguri în copilărie sau adolescență trebuie considerat ca o adevărată problemă și trebuie luate anumite măsuri înaintea apariției unui eventual abuz sau dependențe care sunt mult mai greu de tratat. Dacă se suspicionează un eventual consum de toxice nu trebuie să se amâne prea mult consultul de specialitate.

Bibliografie selectivă

1. *Березин С.В., Лисецкий К.С., Голипкина Е.А. и др.* Опыт построения модели системы профилактики молодежной наркомании в г.Муравленко. Самара, 1998.
2. *Гульдман В.В., Романова О.Л., Данилин А.Г. и др.* Наркомания с точки зрения социолога, врача, правоведа и журналиста//Социологические исследования. 1989. №2. С.37-51.
3. *Иванец Н.Н.* Медико-социальные проблемы наркологии и пути их решения//Вопросы наркологии. 1997. N4. С.4-11.

4. *Романова О.Л.* Методологические аспекты первичной профилактики зависимости от психоактивных веществ у детей//Вопросы наркологии. 1997. №2. С.67-75.
5. *Спрангер Б.Е.* Ключевые принципы построения профилактических программ для подростков//Вопросы наркологии. 1993. №3. С.48-53.
6. *Тихомиров С.М.* Основные подходы к профилактике наркомании//Советская медицина. 1990. №4. С.41-42.
7. *Чарлтон Э.* Основные принципы обучения здоровому образу жизни//Вопросы наркологии. 1997. №3. С.3-73.

**PARTICULARITĂȚILE GENDER A FACTORILOR DE RISC CE CONDUC LA
CONSUMUL PRIMAR DE SUBSTANȚE PSIHOACTIVE DE CĂTRE ADOLESCENȚI
ÎN REPUBLICA MOLDOVA**

**Svetlana Condratiuc, Mircea Revenco, Larisa Spinei, Anatol Nacu,
Valentin Oprea, Inga Deliv**
Laboratorul de Narcologie,
Catedra Psihiatrie și Narcologie FPM USMF “Nicolae Testemițanu”

Summary

**Risk factors peculiarities gender promoting the involvement of the psychoactive
substances among adolescents in the Republic of Moldova**

Episodes involving the adults in using psychoactive substances during the last years became very frequent. This fact makes us study the risk factors which promote them. As a result, 2061 adults were questioned in a questionnaire. The aim of the questionnaire was to out the causes promoting the use of these substances.

Rezumat

Ultimii ani tot mai frecvente devin cazurile de antrenare a adolescenților în utilizarea substanțelor psihoactive, fapt ce invocă necesitatea studierii factorilor de risk care contribuie la acesta. Prin intermediul unei anchete au fost interviați 2061 adolescenți cu țel de a stabili cauzele care ar putea contribui la începutul consumuzului acestor substanțe.

Actualitatea temei

Studiile interdisciplinare și pluridimensionale multiple, consacrate tulburărilor mintale și de comportament datorate utilizării de substanțe psihoactive, demonstrează actualitatea acestei probleme la moment (1, 2, 5, 12). Conform datelor statistice, în Republica Moldova, similar altor țări ale lumii, adicțiile manifestă tendința de extindere (6, 7, 8, 9). Analiza prevalenței narcomaniei în funcție de vârstă constată afectarea a 3 persoane la 100 mii populație până la 15 ani; 17 la 100 mii la cei de vârsta între 16-18 ani; 293 la 19-34 ani și 15 la cei ce au depășit vârsta de 35 ani. Datele prezentate impresionează prin ponderea crescută a consumatorilor de droguri în perioada adolescenței.

Scopul studiului

Constatarea ratei de consum a drogurilor în mediul adolescenților din licee și școli în Republica Moldova.

A fost utilizată metoda de anchetare anonimă, întocmită conform cerințelor internaționale înaintate pentru respectarea anonimatului. În special s-a studiat gradul de informare, atitudinea față de consumul drogurilor, posibilitățile de procurare, consumul personal al respondentului.

Au fost incluși în studiu: Investigați 2061 elevi din 31 școli și licee din Republica Moldova.

or. Chișinău – 1103 or. Bălți - 958
Adolescenți – 1036 (50,3%)
Adolescente – 1025 (49,7%)