

Hablando de drogas. Drogodependencias y adicciones en Mallorca

Por Antonia Juanico Mulet

Antonia Juanico Mulet. Diplomada en Trabajo Social, Universitat de les Illes Balears, Palma de Mallorca. Máster Universitario Sexología Promoción de Salud Sexual, Fundación U.N.E.D., Madrid, España

Introducción

Hoy en día podemos afirmar que estamos viviendo en una sociedad drogodependiente. Suena mal, no queremos admitirlo, nos cuesta asumirlo y a veces lo obviamos. ¿Por qué? Sean legales o ilegales, las drogas siguen estando presentes a día de hoy en la sociedad; su consumo, de diversos tipos. Y las drogas, también diversas, así como los motivos que inducen al consumo, mientras que los consumidores pueden ser cualquier persona. Las consecuencias, no siempre felices o saludables. Las secuelas, variadas. Es así en el día a día de una sociedad posmoderna, múltiple, en países desarrollados como España, en regiones como Baleares y en especial en Mallorca. Aunque debe admitirse que incluso sucede en países no desarrollados: las drogas estuvieron, están y estarán siempre presentes y las consumiremos aunque algunos lo nieguen, aunque a veces la solución no sea utilizarlas sino rechazarlas, realizar deshabituación o un tratamiento médico priorizando la salud.

La realidad de ser drogodependiente

¿Puede cualquiera ser drogodependiente? “Sí”, rotundamente. Todos tenemos la capacidad de decir “No” al consumo de aquello que nos perjudica, aunque aun así las tomemos -a veces conscientes, a veces inconscientemente- por disfrute, como sustitutivos, por evasión y otras muchas veces -por no decir casi siempre- lo relacionemos con el desgaste físico, personal y de salud, teniendo en cuenta -por otro lado- que también las encontramos en alimentos, suplementos, cápsulas, vitaminas y plantas naturales que actúan potenciando el cuerpo humano, entre otras finalidades; claro está que hay que saber usarlas en forma comedida.

Muchas veces asociamos drogodependientes -quienes consumen la droga- con personas pobres, adictos sin remedio, sujetos que sólo existen para consumir dichas sustancias, que roban y sobreviven para ello y que no realizan nada más, perjudicando a la sociedad. Lo relacionamos con diversión, locura, fiesta, necesidad, dependencia y hasta con la palabra muerte. Pero no es sólo eso ni siempre es así. Existe mucho más de lo que pensamos en clases altas, medias y bajas, en todos los países, en todas las razas y lamentablemente sin distinción de edad. Lo hallamos en nuestro día a día, en muchas esferas de la vida diaria (escuela, instituto, áreas lúdicas, viviendas, hoteles, parques, pueblos, centros de trabajo) y no sólo en el “mercado negro”, como suele conocerse al tráfico de drogas; a veces a precios razonables, a veces al doble de lo pensado o en la calle de las

prostitutas de la ciudad. Por otro lado se paga por ella y sí, se obtiene mucho dinero por su comercialización, mucho más de lo que pensamos.

Recalquemos que no todas las personas que han sido consumidoras de alcohol o cannabis siguen siéndolo toda su vida, y si una persona ha probado pastillas de MDMA no implica que vaya a tener un consumo frecuente ni diario de éstas. Incluso sobre la cocaína, hay personas que la han consumido y no han querido volver a probarla, así como es el caso de quienes han tomado drogas inducidas de forma inconsciente, como puede ser éxtasis en una copa de alcohol o marihuana en un guisado. Por supuesto, la elección voluntaria de beber cafeína, té o alcohol en el grupo de amistades o reuniones sociales no es una obligación.

En otro orden, quienes exhiben un aparente comportamiento considerado correcto para los parámetros sociales pueden ocultar otras prácticas, como por ejemplo aquel/la alumno/a modelo que puede, con el tiempo, dejar un estilo de vida ejemplar y consumir cocaína en vez de un zumo, o tomar viagra del mercado “negro” sin receta.

Si bien es sabido que existen poblaciones de riesgo que suelen consumir drogas, como ya se ha comentado anteriormente todo el mundo es vulnerable al consumo de éstas. Sabemos que en algunos pueblos latinoamericanas el consumo de infusiones con sustancias consideradas ilegales en algunos los países -como puede ser la coca- es algo normal, y muchas veces obviamos que tomar una cerveza en horas laborales es también un consumo de drogas, además, no adecuado y precisamente sancionable. Por supuesto que no es lo mismo para un niño o niña tomarse una bebida de cacao por las mañanas que un café; o que alguien mayor de edad salga y tome una copa un fin de semana sin tener problemas de habituación a que todos los fines de semana deba beber alcohol para disfrutar y estar bien con su entorno.

Consecuencias positivas y negativas del uso de drogas

¿Tiene consecuencias positivas el consumo de algunas drogas? Sí, por supuesto que las tiene, pero enfatizamos que no todas, depende de qué droga, su uso, cantidad y finalidad. No olvidemos que la cafeína o teína, en su uso debido, son adecuadas para estimular el sistema nervioso y tener energía para realizar un trabajo o tareas determinados, que en algunas personas favorece el estudio si se toma de forma adecuada, etc. La ingesta de benzodiazepinas o el consumo moderado de alcohol ralentiza el sistema nervioso, en algunos trastornos y problemas de salud es recomendable el uso de medicamentos mientras sean recetados y estimada la cantidad y control de toma siempre bajo supervisión de profesionales matriculados, de acuerdo a su estado de salud. Las propiedades beneficiosas del cannabis para personas con cáncer están comprobadas, aunque su uso no esté del todo generalizado ni permitido.

En muchos casos, las personas no son conscientes de la adicción negativa a ciertas drogas, y las utilizan especialmente en malas épocas, como forma de evasión o diversión. El deterioro cognitivo, de salud e incluso físico es algo que podemos ver en ellas si bien existen factores que no determinan el estado de cada persona ni se puede generalizar. Así pues, no implica que alguien que engorde tomando drogas esté más sano que otro que adelgace, ya que el alcohol contiene muchísimas calorías (un combinado puede aportar las mismas que un desayuno, comida o cena), y en muchas ocasiones las personas las suprimen con tal de poder beber alcohol. Muchas personas con trastornos alimenticios hacen uso y abuso de drogas para adelgazar, pero a veces un exceso de cafeína para adelgazar puede perjudicar al cuerpo, aumentando las ganas de comer, provocando migrañas, insomnio, etc. El tabaco es utilizado por muchas personas para suprimir el hambre y a

largo plazo puede provocar problemas de respiración, bucales y dentales, en la piel, etc., así como la toma de infusiones y diuréticos puede producir el efecto contrario al buscado (no implica que tengamos que dejar de tomarlos, ya que un laxante puntualmente puede ser necesario, así como tomar una manzanilla antes de dormir no es lo mismo que tomar cuatro infusiones de té o café al día); algunas personas utilizan opios cultivados o encontrados en el campo para dormir; la adicción a muchas drogas a largo plazo, como la cocaína, provoca problemas nasales (y de otra índole) y la ingesta de heroína puede producir la muerte en un simple uso.

Las drogas pueden provocar múltiples problemas a nivel individual o grupal, sea en el trabajo, con la familia, la pareja amorosa, amistades y también posibles accidentes, conflictos económicos, emocionales, apatías, ausencia en sus responsabilidades. Si una mujer queda embarazada consumiendo drogas, o si hace uso de ellas en el embarazo, el feto puede padecer múltiples problemas de salud. Una persona que consume drogas, como el alcohol, puede ser despedida si no cumplen con tratamientos para deshabituarse y pasan más de un día ebrias en su puesto de trabajo.

Las consecuencias generales de las drogas son reacciones antisociales, el síndrome de déficit de actividades, peligro de dosificación, posibles enfermedades físicas debido al aumento de infecciones y bajada de defensas, efectos tóxicos específicos y trastornos mentales inducidos por la ingesta de las sustancias, algo que realmente ha aumentado a nivel universal, de acuerdo a los últimos estudios y hallazgos.

A nivel de salud mental, los problemas son bastante graves. Nos encontramos con deliriums y demencias (producidos por alcohol, anfetaminas, alucinógenos, cannabis, sedantes...), trastorno amnésico (inducido por alcohol y sedantes), trastornos cognitivos, síndrome de abstinencia, trastornos perceptivos persistentes, trastorno psicóticos, trastornos de estado de ánimos, trastorno de ansiedad (especialmente, por alcohol, cafeína, alucinógenos, cannabis, cocaína, anfetaminas...), trastornos sexuales (producidos por alcohol, opiáceos, anfetaminas, sedantes, cocaína...), trastornos sexuales de identidad (provocados por alcohol, opiáceos, anfetaminas, sedantes, cocaína, etc) y trastornos de sueño producidos por alcohol, opiáceos, anfetaminas, cafeína, etc que, en algún momento, se deberían tratar para poder resolverse.

Mitos y falacias

Habría que recalcar dos puntos: uno de ellos se refiere a los mitos en torno a qué se considera ser un/a adicto/a o qué es un consumo problemático en general, y otro, el por qué continúa produciéndose la ingesta de sustancias ilegales.

Los mitos son mentiras que se toman como realidad siendo falsas, es información incierta acerca de hechos que la gente puede tomar como válidos aunque no lo sean. Algunos son:

- *“Las drogas se toman en la discoteca”*: mentira, sabemos que la gente las compra en supermercados, tiendas específicas y que las pueden consumir en casas propias o alquiladas, parques, espacios públicos, cafeterías, restaurantes, centros comerciales, mercados de pueblo y de ciudad, etc. No sólo cuando la gente va a bailar consume drogas, muchas veces, incluso, se toman más en lugares en los que se va a comer, o simplemente a relacionarse con otros, como puede ser tomar una cerveza en una cita o una botella de vino en una comida familiar el domingo al mediodía.
- *“Tomarse alguna vez una copa de vez en cuando no implica que seas alcohólico/a”*: es así si la mayor parte del tiempo no bebes; hay personas que saben ocultar perfectamente esa

adicción o problema, lo que se agrava si toman medicamentos incompatibles con la ingesta de bebidas alcohólicas.

- *”Siempre hay una primera vez”*: no debería ser invitación para el consumo de drogas, especialmente según de qué edades se trate, ni el motivo para la ingesta o la prueba de sustancias.
- *“Fumar marihuana es más natural y tiene muchos beneficios”*: es precisamente algo que se ha estudiado como lo contrario, ya que ha sido causa de nacimiento o empeoramiento de enfermedades y trastornos mentales como diversas esquizofrenias, algo que se está comprobando hoy en día de forma científica en estudios médicos y psiquiátricos.
- *“Puedo renunciar en cualquier momento”*: el típico argumento de una persona con problemas de drogas, pero que no se suele cumplir. Siempre hay motivo o razón justificada para el consumo, uso, abuso de sustancias.
- *“La cocaína o tomar éxtasis mejora las relaciones con los demás”*: algo que es mentira, quizás en un primer momento ayude a la persona a desinhibirse, pero lo que provoca es la autoconfianza aumentada por la euforia a mostrar comportamientos de una índole más agresiva e irritable, generando relaciones más cortas o menos agradables, y quizás, más efímeras, o en el peor de los casos, problemáticas, irreales o tóxicas.
- *“El tabaco natural es más sano”*: gran falacia, porque aunque se elimine el filtro que posee alquitrán y demás sustancias nocivas, la hoja de tabaco sigue siendo una droga reconocida por los efectos de alteración corporal de quién la consume y puede repercutir en el sistema respiratorio negativamente, sea natural, como con boqueta.
- *“Si dejo las benzodiacepinas “de golpe”, no me va a pasar nada”*: pues sí puede haber alteraciones en la persona, síndrome de abstinencia, fuerte recaída y efectos diversos más graves que si realizamos un tratamiento médico de rehabilitación, en caso de poder bajar la toma, o de continua de ingesta, si el doctor lo precisa.
- *“La heroína fumada se controla”*: ninguna droga es realmente algo que se pueda controlar, y las probabilidades de ser adictos a la heroína son más altas que en otro tipo de drogas. La dependencia que causa dicha sustancia es tan alta que es muy probable que la dependencia se cree desde el primer momento.

Legalidad de las drogas en España

La legislación actual española permite el consumo de drogas -como el tabaco- en algunos ámbitos y lugares específicos, ya que no en todos los bares ni puestos de trabajo se permite fumar ni encender un cigarrillo, sea del tipo que sea, y se han creado áreas específicas y habilitadas para ello. Igual sucede con el alcohol, que no suele estar permitido en horas de trabajo. Esto debería ser algo a tener en cuenta de forma rigurosa en algunos trabajos específicos como son aquellos en los que se utilizan maquinarias, el ámbito de la seguridad (policía, defensa), así como en el sector de las organizaciones de prevención y lucha contra de las drogas o el de la salud, cuyos profesionales deberían ser ejemplos a seguir. También debemos tener en cuenta el uso de determinados medicamentos en los puestos de trabajo, en los que muchas veces es preferible una baja por razones médicas a acudir a cumplir la tarea en malas condiciones. Aún más riguroso -penado con multa o cárcel- es el uso de otras drogas como el cannabis, cocaína u otras sustancias, sean naturales o

sintéticas, que pueden alterar a la persona, aunque en algunos países sudamericanos estén permitidas e incluso normalizadas, como es el uso de infusiones como el té de la hoja de coca.

En el Tratado de la ONU de 1996 se trata el consumo de drogas en el ámbito laboral a nivel internacional, pero nos centraremos a nivel nacional enunciando cuáles son las leyes que, en amplio rasgo, incluyen el uso de drogas y medicamentos.

Hay que recordar que en España la posesión de sustancias como opiáceos, cannabis, éxtasis, cocaína, heroína, medicamentos sin receta y otro tipo de sustancias es penalizada con multas, trabajos comunitarios y hasta la posible estancia en prisión, especialmente si se trafica con ellas.

Una de las leyes más importantes es la Ley 5/2002 sobre drogodependencias y otros trastornos adictivos, en la que se establecen las definiciones, tratamientos, medidas preventivas, criterios de actuación, información, formación, organización, etc

La Ley 1/2016 de Atención Integral de Adicciones y Drogodependencias, aparte de establecer el objeto y ámbito de aplicación de la ley, señala los fundamentos básicos del modelo de prevención y atención integral, el carácter y extensión de la promoción de la salud y prevención de las adicciones, así como sus objetivos, medidas de promoción de la salud en diferentes medios (familiar, escolar, laboral, comunitario, educativo, medio laboral, medios de comunicación, deporte, medio ambiente, judicial, penitenciario...), la publicidad y promoción de bebidas alcohólicas, limitaciones de consumo, medicamentos, servicios sociosanitarios, colectivos específicos, cooperación, inclusión social, desarrollo y gestión del conocimiento, voluntariados, sanciones, etc.

En el Estatuto de los Trabajadores se trata el despido del trabajador por embriaguez habitual o toxicomanía, si repercute negativamente en el trabajo, en el artículo 54,2 apartado F.

En la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, en el artículo 22 de la Vigilancia de la Salud, se trata acerca de la vigilancia y control de la salud de los trabajadores en el ámbito laboral y seguimiento, a modo confidencial y de intimidad, algo que muchas personas no siempre aceptan o toleran.

Campañas

Múltiples organismos, sociedades, entidades privadas y organizaciones sin ánimo de lucro promueven campañas antidrogas o contra el consumo excesivo para concienciar a las personas sobre sus consecuencias y efectos negativos en uso extremo en la sociedad mallorquina. No obstante, no todo el mundo suele hacer caso ni concienciarse de lo negativo que es el efecto abusivo de muchas sustancias.

No obstante, en la propia sociedad hay que asumir la frecuencia de mensajes contradictorios existentes, en cuestión de relaciones sociales familiares, amorosas, pertenencia de grupos o estatus. Si encendemos la televisión podemos encontrar diferentes tipos de mensajes en anuncios publicitarios, que van desde la advertencia acerca de que el consumo de drogas -como el tabaco- puede provocar la muerte, hasta la promoción de diferentes bebidas alcohólicas utilizando modelos atractivos, millonarias o sexuales en escenas en las que se muestra el consumo de alcoholes diversos. Si bien mucha gente indica que las drogas son nocivas, el consumo regulado de cafeína (y teína) en sus diferentes modalidades es más frecuente de lo que creemos, utilizándose muchas veces para poder mantenerse despiertos y/o soportar la jornada laboral, realizar actividades físicas

que requieran un mínimo de movimiento y muy especialmente, para otras que requieran concentración.

Otros mensajes contradictorios pueden encontrarse en las relaciones personales, por el uso de medicamentos a raíz enfermedades, alergias o intolerancias; la exclusión para quienes no consuman alcohol, tabaco o cafeína, como sucede muchas veces en institutos y colegios, y hasta en el mundo adulto laboral. También es un hecho que queda reflejado en la familia, ya que muchas madres no pueden hacer nada frente a situaciones en las que sus hijos roban para comprar sus drogas y no tienen más que derivarlos e intentar que realicen programas de rehabilitación a los que no siempre resulta fácil hacer que asistan. Otro ejemplo son los conflictos entre gente consumidora de tabaco y quienes no lo toleran, produciéndose problemas de convivencia.

Una persona adicta a la cocaína no podrá realizar adecuadamente las tareas en el trabajo a largo plazo, así como quién toma cuatro cafés al día puede tener problemas sexuales, entre otros casos, repercutiendo en sus relaciones. Pero por supuesto, y aunque muchas veces el mensaje venga de los grupos en los que una persona puede frecuentar, así como la misma sociedad puede transmitir, siempre debe ser el propio individuo el que asuma, tolere y tenga una percepción propia del tema, escoja cuidadosamente su camino y cómo proceder. Y si es necesario, realice desintoxicación, rehabilitación y haya una posterior reinserción social, laboral etc

Un dato curioso mencionado anteriormente con el ejemplo de la publicidad del alcohol es que se suele asociar el consumo de drogas con la práctica de sexo o con la sexualidad. ¿Cuántas veces hemos leído que el chocolate (alimento que contiene cafeína) es un afrodisíaco o un sustitutivo del sexo, o el alcohol induce siempre a relaciones sexuales? Demasiadas afirmaciones, mitos y mentiras giran, aún más, sobre esta combinación tan atrayente como enjuiciada por organizaciones, iglesias, personas y colectivos, que quizás -y de forma nociva- mantienen la existencia de informaciones falsas. A la mayoría de las mujeres les gusta el chocolate y suele ser un producto que consumen más que los hombres; pero eso no indica que siempre sea por motivos sexuales, aunque en algunos estudios se haya podido demostrar que muchas personas hacen esa relación, profesionales incluidos. También, en este caso, habría que tener en cuenta el componente de la cafeína, el estado nervioso o emocional de la persona o, como suele pasar muchos días previos a la menstruación, la generación de ansiedad o la acumulación de estrógenos y hormonas que aumentan el deseo de consumir productos de esta índole, como suele suceder en forma más frecuente de lo que se piensa con el alcohol, ya que éste puede propiciar un efecto sedante y relajante, así como ser tomado para el mantenimiento de relaciones sexuales, aunque muchas veces se logre todo lo contrario, ya que suele ser el detonante de múltiples problemas, como pueden ser disfunciones sexuales. Otra situación que se reitera es la creencia de que el uso de “drogas inteligentes” sirve para mejorar el rendimiento físico e intelectual, activar, relajar, aumentar la memoria, la concentración, aunque mucha gente acabe siendo víctima del abuso de esas sustancias.

Se debe tener en cuenta que se utiliza una droga u otra según las características personales, finalidad, experiencias deseadas o experiencias previas, el medio sociocultural, las características de la propia droga, los efectos deseados. Por ejemplo, si algunas personas desean mantener más relaciones sociales, suelen ser más bebedores de alcohol en bares o casas; si quieren tener experiencias nuevas, como son las visiones o visualizaciones, mucha gente opta por consumir pastillas u hongos alucinógenos; si lo hacen por motivos de trabajo, la gente suele consumir cafeína en altas dosis.

Algunas de estas características personales que motivan el uso de drogas son el retraimiento social, el déficit de habilidades sociales, el poder integrarse, la baja autoestima o imagen negativa, para evitar la depresión o el aislamiento, para potenciar una mejora de imagen personal (muchas

veces sin éxito por las consecuencias producidas). Debido el entorno, los factores claves son el consumo por parte de la familia, especialmente de los padres y profesores, el deseo de integración, la falta de comunicación real y relaciones, especialmente en el núcleo parental, pero también una sobreprotección y rigidez o actitudes ambiguas. La edad también interviene, ya que si bien el interés por lo novedoso o realizar alguna experiencia diferente es un motivo, también el inconformismo social motiva su uso, así como las características de independencia y rebeldía o bajo interés por lo académico, el absentismo escolar y laboral, las escasas aspiraciones, trabas al desarrollo social y personal, falta de oportunidades para la resolución de problemas, falta de actividades saludables de ocio, la posibilidad de embarazos no deseados, las rupturas amorosas, la pérdida de trabajo o estatus. Como factor determinante para realizar conductas negativas de consumo de sustancias también debemos considerar al uso abusivo farmacológico, esto es tomar el medicamento como solución a los problemas, como pueden ser algunas pastillas o jarabes.

El negocio del tráfico y consumo de drogas ilegales

Quizás una de las mayores cuestiones y preguntas que me hago es por qué se mantiene este tipo de mercado negro, por qué hay gente que sabiendo lo que hay o existe, sus consecuencias legales, para la salud, para las relaciones, en las esferas tanto personales como laborales, etc., se permite que ocurra, que se comercialice y se consuman este tipo de drogas que en países como España son ilegales.

Muchas personas, especialmente a través de la red de internet, publican lo que han hecho, lo que tienen, lo que toman y lo que consumen, así como lo que ganan y poseen fácilmente con este tipo de mercado. Y no son detenidas o encarceladas, o bien inducidas a ser rehabilitadas. Sabemos que algunas drogas son de fabricación o producción propia, ya que en la red podemos hallar diversos tipos de fórmulas para crear drogas de síntesis, tales como éxtasis o anfetaminas; en algunas plataformas se permite la compra de medicamentos sin receta, que pueden contener estas sustancias y que producen adicción. También hemos encontrado casos de personas que portan la droga en su propio cuerpo, habiendo engañado incluso a detectores tecnológicos avanzados. Grandes cantidades de plantaciones diversas han aparecido y siguen apareciendo en varias localidades de diferentes comunidades autónomas, como también ocurre en Mallorca, además de personas que han podido burlar la seguridad de aduanas transportándolas en partes físicas como en los peinados u ocultas en zonas íntimas como los genitales o la zona anal.

Prostitución y drogas

Desde hace mucho tiempo se ha relacionado el uso de drogas con el sector de servicios de prostitución sexual, como si el sexo y las drogas estuviese siempre relacionado. Cigarrillos, alcohol y ahora hasta la píldora anticonceptiva es incluida por algunas personas como droga (algo que no siempre es de ese modo, así como no siempre se produce la prostitución).

Las frecuentes tratas de blancas ilegales suelen estar siempre relacionadas con el consumo de la droga de polvo blanco como sedante para que se realice el servicio y obtener (insanamente) un “mayor disfrute”, aún en países como en España, donde no es legal. Se plantea en fiestas (por ejemplo Calvià, Andratx y otras regiones de la isla), especialmente las “fiestas blancas”, con el uso de cocaína, alcohol, speed y heroína.

El consumo de drogas durante el confinamiento por COVID-19 en 2020-21

En el confinamiento mundial por COVID-19 de 2020-2021 hubo un aumento del uso y abuso de drogodependencias en los hogares. España no fue la excepción. Entre otros factores, el consumo de alcohol aumentó debido a lo que se consideró como el “fin del mundo”, una mirada apocalíptica sobre las consecuencias de la pandemia. También aumentó el consumo de tabaco y sobre todo, de tranquilizantes. En algunas entrevistas en las noticias se reconocía la ingestión de hasta 6 pastillas al día debido al temor a enfermarse y a la ansiedad producida por la situación. El pedido online a través de plataformas como Amazon o Ebay, sitios web de ciertas farmacias o bien solicitando el producto a través de las redes como Facebook o Instagram incrementó el tráfico y comercialización de sustancias, incluso más que en locutorios y supermercados (donde la situación fue aprovechada para imponer un aumento de precios) o farmacias. Debemos señalar que durante el confinamiento disminuyó el consumo de cocaína, heroína e incluso de cannabis y derivados, algo que, lamentablemente, ha vuelto a aumentar en este último tiempo.

Tratamientos

Muchas personas son reacias a la desintoxicación, ya que piensan que no tiene sentido y que puede producir el efecto contrario. Está claro que el resultado dependerá más de la propia persona, pero también del profesional o equipo de profesionales al que se acuda -sea profesor/a, doctor/a, psicólogo/a, educador/a, trabajador/a social, enfermero/a, psiquiatra u otros relacionados- y de la terapia que se implemente (no a todo el mundo le sirve la misma terapia). El tratamiento puede funcionar o no, aunque claro está que dependerá también del contexto, entorno, situación económica, relación amorosa, familia, amistades y voluntad de decir sí o no a la ingesta de sustancias tóxicas que puedan perjudicar al individuo.

Existen muchas formas de dejar las drogas y diferentes tratamientos, ya que puede hacerse desde la propia educación, desintoxicación médica u hospitalaria, así como a través de fármacos, psicoterapia u otras formas diferentes. Los buenos hábitos influyen muchísimo, así como la propia personalidad, valores, educación, capacidad de decisión, información y conocimientos de los efectos y consecuencias del uso de drogas. Centros privados, públicos, ambulatorios, clínicas, hospitales, centros de atención al drogodependiente y sitios específicos para ello. Y varios programas, formas, terapias y tipos de desintoxicaciones, dependiendo del estado de salud de la persona, sus capacidades, habilidades, etc., para conseguir una mejora, bienestar y reconstrucción positiva.

Hay que recalcar que hay ciertas personas que dicen odiar las drogas pero hacen consumo de algunas, como por ejemplo de alcohol y tabaco, que son legales, o el opio (supuestamente para dormir) y la píldora anticonceptiva, tanto para regular el ciclo menstrual como para la prevención de infartos en el acto sexual. Por otro lado, otro dato a tener en cuenta es que la droga que tiene un mayor índice de éxito en las rehabilitaciones es el alcohol, ya que de forma realista y sabiendo que si su organismo y estado de salud lo toleran, es posible ingerirlo de forma comedita.

Tipos de tratamientos

En Mallorca tenemos varios centros dirigidos a todo tipo de usuario consumidor, teniendo en cuenta edad, estado laboral o estudiantil, económico, de salud y algunas veces, la posibilidad de elegir entre un tratamiento u otro, difiriendo en cuanto a una concepción más lúdica o terapéutica.

A grosso modo, los centros de intervención son la escuela, el centro de salud, el centro penitenciario, el IRES (Instituto de Reinserción Social) y alguna asociación u ONG, como por ejemplo Betel.

Podemos encontrar tratamientos de técnicas (estrategias motivacionales, autoobservación, contratos de contingencias), programas de actividades, estrategias diversas (afrontar urgencias, pensamientos, ofrecimientos, solución de problemas), terapia cognitiva, tareas para casa y tratamientos farmacológicos supervisados, así como algunos programas de intervención como la terapia motivacional cognitiva, afrontamiento cognitivo-conductual, reforzamiento, psicoterapia personal, prevención de recaída, cómo afrontar y superar las urgencias, reforzar la motivación y compromiso para dejar de consumir cocaína, entrenamiento de habilidades, etc.

Centros en les Illes Balears

Alguno de los centros más importantes de les Illes Balears son:

- UCA
- Centro CITA
- Grupo Hipócrates
- Centro Atenea Clinic
- Clínica Bonaire – Bonaire Détox
- Proyecto Hombre Balears

Los **UCA** son las unidades de conducta adictivas en Centro de Salud a los que se puede acceder de forma pública a través del IBSALUD. Cuentan con equipo de médicos, trabajadores sociales, psicólogos especializados, educadores, enfermeros y auxiliares de enfermería. Se componen de 4 centros para adultos y otro para jóvenes de 14 a 21 años. Se realizan actividades de información, orientación, asesoramiento sobre drogodependencias y conductas adictivas. Se realiza un plan de tratamiento individualizado que puede ser acerca de la abstinencia, reducción de daños, conductas adictivas, seguimiento judicial, orientación familiar, etc. Se realiza desintoxicación tanto ambulatoria como hospitalaria e incluso residencial.

En el **Centro Cita** se realizan tratamientos para los adictos a cannabis, tabaco, alcohol, heroína, y también adicciones comportamentales como el sexo, el juego, videojuegos, compras, internet. También se trata la patología dual y se realiza la deshabituación y desintoxicación, además de reinserción. Se realiza tratamiento residencial como ambulatorio, con sesiones individualizadas o para parejas e incluso familiares con psicólogos y psiquiatras, sesiones de fisioterapia con seguimiento presencial u online tras la salida del centro.

Con el **Grupo Hipócrates** se consigue una rehabilitación e integración de individuos, parejas y familias, previa desintoxicación y deshabituación de sustancias como alcohol, cannabis, cocaína, fármacos y de conductas relacionadas con el juego.

En el **Centro Atenea Clinic** se puede realizar una interesante deshabituación de ludopatía con profesionales especializadas en la materia, empáticas y abiertas a todo tipo de población.

En la Clínica **Bonaire Détox** se realizan tratamientos de recuperación con derivación -si es necesario- a recursos específicos, con sesiones individuales, estrategias motivacionales, entreno en habilidades sociales, técnicas de solución de problemas, en tratamiento de adicciones como la ludopatía, tecnología, redes sociales, internet, adicción a las compras, sexo, cibersexo y sustancias como cocaína, analgésicos, opioides, cannabis, tabaco, alcohol. Se realizan analíticas de sangre y orina, asesoramiento a familiares y sobretodo, tratamiento intenso en régimen de ingreso con pensión completa y alojamiento, con médicos, enfermería y psicología. Se tratan las recaídas, los desequilibrios, situaciones de riesgo, efectos de abstinencia, así como se ayuda a plantearse la situación y posibles soluciones o estrategias a realizar. Las intervenciones terapéuticas son diversas, como las técnicas cognitivas, control estimular, con especial atención en recaídas y realización de seguimientos.

En **Proyecto Hombre Balears** se realizan programas en los que, con especial atención con el uso de técnicas, programas de intervención y reintegración, las personas pueden dejar de consumir drogas y modificar sus adicciones no sustanciales. Si bien encontramos Projecte Jove para los jóvenes que consumen, también existen programas específicos de cocaína, dependencia al alcohol, programa de personas que están en prisión, para trastornos adictivos relacionados a trastornos mentales, así como soporte a familias y familiares y especialmente el Programa Base, en el que además de alojamiento y pensión completa, los usuarios intervienen en un día a día para mejorar sus habilidades mientras se rehabilitan con terapeutas y personas de similar problemática de consumos.

Conclusiones

En este artículo se intentó dar a conocer los usos y abusos -eventuales o cotidianos- de la población, las causas y motivos del uso, sus consecuencias, la consideración de los actos ilegales, la normativa que contempla esta problemática, los diferentes tipos de rehabilitación de drogodependencias existentes o importados a la isla. También se trató de normalizar algunos usos, desmitificar algunos mitos e incluir algunos organismos y empresas en los que se puede realizar la desintoxicación y rehabilitación en drogas en les Illes Balears.

Bibliografía

Libros

Olivares Gordillo, David. (2008). Actualización en Drogodependencia. Actualización, epidemiología, patología y tratamiento del alcoholismo. Gráficas la Paz de Torredonjimeno, S.L. Formación Continuada LOGOSS.

Dr. Miguel Lázaro Ferreruela- Dr. Isidro Torres Piñar (y otros) (2007). La salut mental i la dona. IIBB: Cimebal Sociedad Científica Médica de Balears. Paul Martín. (2009). Sexo, drogas y chocolate. La ciencia del placer. España: Ediciones B.

Juan Carlos Ruiz Franco.(2007). Drogas inteligentes. Plantas, nutrientes y fármacos para potenciar el intelecto. Colombia: Editorial Paidotribo.

Instituciones

F.A.D.: <http://www.fad.es/Home>

Plan Nacional sobre Drogas: <http://www.pnsd.msc.es/>

Instituto Nacional de Toxicología:
https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/legislacion/delitos/pdf/20210730_INTF_dosis_minimas_psi_coactivas_trafico_de_drogas.pdf

P.A.D.I.B. Plan de adicciones y drogodependencias de las Illes Balears:
<http://padib.caib.es/sacmicrofront/contenido.do?idsite=352&cont=9943&lang=ca&campa=yes>

Portal de la Transparencia de Sanidad Española: <https://pnsd.sanidad.gob.es/>

Global Drug Survey Request: <https://www.globaldrugsurvey.com/>

Clínica Bonaire: <https://bonairesalut.com/>

Instituto Hipócrates: https://clinicainstitutohipocrates.com/?gclid=EAIaIQobChMI2I_ThKS09gIVFfVCh1szwDuEAAYASAAEgKxWPD_BwE

Centro CITA: <https://clinicascita.com/>

Centros CAD Mallorca: <https://www.jugarbien.es/instituciones/cad-centro-de-atencio-las-drogodependencies>

Centro Projecte Home Balears: <https://www.projectehome.com/>

UCA. Unidad de Conductas Adictivas:
<https://www.ibsalut.es/apmallorca/es/ap-mallorca/unidades-de-apoyo/conductas-adictivas>

Inclusión social. IMAS: <https://www.imasmallorca.net/es/unprograma/71>

Atenea Clinic: <https://www.atenea.clinic/servicio/adicciones>

Información sobre drogas y otras conductas adictivas:
<https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/informacion/home.htm>

Drogas Saber: <http://www.edex.es/drogas/seccion2a.html>

Psicoactiva: <https://www.psicoactiva.com/>

Legislación

ONU- 1996: Alcohol y drogas en el lugar de trabajo: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2008000400003

Estatuto de los Trabajadores Art- 54,2. F: <https://www.conceptosjuridicos.com/estatuto-de-los-trabajadores-articulo-54/#:~:text=Se%20considerar%C3%A1n%20incumplimientos%20contractuales%3A,familiares%20que%20convivan%20con%20ellos.>

Ley de Prevención de Riesgos Laborales. Art. 22 Vigilancia de Salud:
http://www.unizar.es/actualidad/vernoticia_ng.php?id=38156

Legislación española sobre Drogas en IIBB:
https://pnsd.sanidad.gob.es/pnsd/planesAutonomicos/CCAA_norma/norma_baleares.pdf

Dosis mínimas psicoactivas, infracciones y sanciones por tráfico o consumo ilegales de drogas en España: <https://pnsd.sanidad.gob.es/ciudadanos/legislacion/delitos/home.htm>

Legislación española sobre Drogas en IIBB: <https://pnsd.sanidad.gob.es/>

Noticias

Pérez, Jessica Roxanna Russo de León, Víctor Pérez Plaza, Nadia López Imbernón, Elena Moral Zafra, Joaquín Gil Sánchez, Modesto Jesús Sánchez López. (2016). Celotipia alcohólica. A propósito de un caso. *Psiquiatría online*, 1.

Efe. (2016). #nosiguise, lema de una campaña para prevenir el abuso de alcohol entre los jóvenes. *Última Hora*, 1.

Nacho Moreno. (2017). ¿Cuánto se gasta en drogas un adicto?. *El Mundo*, 1.

S/N. (2017). ¿Hay diferencias entre hombres y mujeres en el consumo de drogas? *Clínica Galatea*, 1.

S/N. (2017). El alcohol, el tabaco y el cannabis son las tres sustancias con más prevalencia de consumo en Baleares. *20 minutos*, 1.

Elena Omedes. (2019). Las 'fiestas blancas' o sexo con cocaína: una práctica que los expertos consideran inusual y estiman que "no tiene sentido". *20 minutos*, 1.

M. Jesús Flores Fresco, M. Carmen Blanco Gandía y Marta Rodríguez-Arias. (2019). Trastornos de la conducta alimentaria y abuso de drogas. *Infocoponline*.

Sabrina Vidal. (2020). Los menores de Baleares consumen más drogas legales que los del resto del Estado. *Diario de Ibiza*, 1.

M.A.Medina. (2020). Los españoles redujeron el consumo de drogas ilegales durante el confinamiento. *El Periódico*, 1.

Sabrina Bequir. (2020). Consumo de drogas en mujeres. *Instituto Castelao*, 1.

Carlos De Barrón. (2020). El "resistente" mercado de las drogas aguantó el confinamiento y aumentó el consumo de cannabis en Europa. *Carlos de Barrón*, 1.

S/N. (2021). Sanidad publica el Informe 2021 del Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones: alcohol, tabaco y drogas ilegales en España.

Carlos Faras. (2021). Uso de drogas en el sexo o "Chemsex". *La Tercera*, 1. Ondacero. (2021). Así funcionaba Telecubata, la empresa antibotellón que surgió en los años 90. 1, Ondacero.

S/A. (2021). Desmantelan una organización en Palma que servía droga a domicilio en taxi. *Crónica Balear*, 1.

Carlos Duran Aponte , Kelly Vargas Osorio, Jaime Reuto Castillo, Maria Teofila Vicente Herrero, Angel Arturo López González, Miguel Ruiz-Flores Bistuer. (2016). Atención en urgencias a intoxicados por drogas en Ibiza. *Psiquiatría.com*, 1.

S/N. (2021). El VIH y el uso de sustancias. Clínica HIV GOV, 1.

Efe. (2021). Chemsex, una puerta de entrada a las ITS y los problemas psicológicos. El Periódico, 1.

S/N. (2021). Trastornos de uso de sustancias y salud mental. Mental Health, 1. José Luis Crispín. (2021). La 'telecoca' va a más en Mallorca: ocho detenidos en una gran operación policial antidroga. Mallorca Diario, 1.

S/N. (2021). Baleares recibirá 294,000 euros para programas de atención a las adicciones . Europa Press, 1.

S/N. (2022). La mitad de los pacientes hospitalarios con brote psicótico son consumidores de cannabis. Con Salud, 1.

Julio Basta. (2022). La policía intercepta 500 kilos de marihuana, la mayor incautación de 2021 en Mallorca. Última Hora, 1.

S/N. (2022). Detenido un hombre por tráfico de drogas, tras incautarle más de 18 kilos de marihuana en Mallorca. Europa Press, 1.

Javier Jiménez. (2022). Interceptan en Palma un envío de ocho kilos de cocaína mezclados con café de Colombia. Última Hora, 1.

Marco Ollés. (2022). Detenido un empresario que abastecía de marihuana a clanes de narcos de La Soledad. Diario de Mallorca, 1.

J. Villalba. (2022). Estos son los riesgos de tomar Viagra si realmente no la necesitas. Men Health, 1.

Pepa Palacios Rubio. (2022). Alcohol y drogas en el trabajo, una realidad silenciada. Noticias de Navarra, 1.

Julio Bastida. (2022). Detenido en Mallorca el dueño de tres 'grow shop' por distribuir droga escondida en sacos de comida para perros. Periódico de Ibiza, 1.