

LIBRO DE CAPÍTULO





ISBN: 978-84-947385-5-5

ÍNDICE

ADICCIONES

- JUEGOS DE AZAR, MITOS Y RIESGO EN POBLACIÓN ADOLESCENTE: RELACIÓN Y PROGRAMA DE INTERVENCIÓN - Ana Baeza y Alfonso Salgado-Ruíz 2.
- ESTUDIO PILOTO MANTENTE REAL EN GALICIA: UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE DROGAS Y OTRAS CONDUCTAS PROBLEMÁTICAS EN LA ADOLESCENCIA - Olalla Cutrín Mosteiro, Lorena Maneiro Boo, María Patricia, Navas Sánchez y José Antonio Gómez-Fraguela 9.
- PREVENCIÓN SECUNDARIA DEL CONSUMO DE DROGAS EN JÓVENES Y ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN - Josefina Patiño-Masó, Olga Hernández-Serrano, María Eugenia Gras, Montserrat Planes y Silvia Font-Mayolas 16.
- GAMERTEST: UN INSTRUMENTO ONLINE PARA DETECTAR EL USO PROBLEMÁTICO DE JUEGOS EN INTERNET EN JÓVENES Y ADOLESCENTES - Marina Vallejo-Achón, Marta Labrador, Ignacio Fernández-Arias, Francisco J. Labrador, Francisco J. Estupiñá e Iván Sánchez-Iglesias 24.

AGRESIÓN Y CONDUCTA PROSOCIAL

- LA VIOLENCIA FILIO-PARENTAL DESDE LA PERSPECTIVA DE LOS PROGENITORES: PREVALENCIA Y RAZONES PARA LAS AGRESIONES - Nazaret Bautista-Aranda, M^a Carmen Cano-Lozano y Lourdes Contreras-Martínez 31.

DIFERENCIAS INDIVIDUALES

- EVALUACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN PERSONAS MAYORES - Beatriz López-Luengo y José Antonio Muela-Martínez 38.

EVALUACIÓN PSICOLÓGICA

- PREVALENCIA DE DEPRESIÓN EN EL EMBARAZO: UTILIDAD DE LA ESCALA DE DEPRESIÓN POSTPARTO DE EDIMBURGO (EPDS) - M. Belén Vázquez y M. Carmen Míguez 46.

HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA

- EL IMPACTO DE LA LÓGICA BAYESIANA EN EL DESARROLLO DE LA PSICOLOGÍA - Jorge López Puga y Ana M^a Ruíz-Ruano García 54.

NEUROPSICOLOGÍA

- DEPRESIÓN MAYOR Y DEMENCIA: UTILIDAD DE LOS BIOMARCADORES - Francisco Javier Balea-Fernández 62.
- INTELIGENCIA Y FUNCIONES EJECUTIVAS: ESTUDIO PRELIMINAR - Esperanza Bausela-Herreras 67.

PSICOBIOLOGÍA

- ¿QUÉ APORTA EL ESTUDIO DE MICROBIOTA INTESTINAL AL MANEJO DE PACIENTES CON ANOREXIA NERVIOSA? - María del Rocío González-Soltero, Vanessa Méndez-Figueroa, Ascensión Blanco-Fernández y Mar Larrosa 76.

PSICOLOGÍA CLÍNICA

- EL IMPACTO DE LA ORGANIZACIÓN JERÁRQUICA DE LOS DISPARADORES DE LA RUMIA EN LA FLEXIBILIDAD PSICOLÓGICA - Bárbara Gil-Luciano, Tatiana Calderón, Daniel Tovar, Beatriz Sebastián, Francisco Ruiz 83.
- EL TRABAJO PSICOTERAPÉUTICO CON OTROS PARTICIPANTES DE LA RED: FAVORECIENDO EL CAMBIO DE NARRATIVAS - Patricia Guerra-Mora1, Noelia Martínez-Menéndez, Verónica Concha-González, María Isabel Pereira-Lestayoy, María Dolores Méndez-Méndez y Cristina Ibañez-López 90.
- CARACTERÍSTICAS INDIVIDUALES Y FAMILIARES DE LOS PADRES Y MADRES QUE SUFREN VIOLENCIA FILIO-PARENTAL - Daniel Marañon y Gorka Vazquez 95.

ÍNDICE

- TERAPIA DE GRUPO EN TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA. CÓMO SOBREVIVIR AL IMPERIO DE LA EXIGENCIA - Noelia Martínez-Menéndez, Verónica Concha González, María Isabel Pereira-Lestayo, María Dolores Méndez-Méndez, Cristina Ibáñez-López y Patricia Guerra-Mora 103.
- VALORACIÓN DE LA EFICACIA DE UNA INTERVENCIÓN DESDE LA PSICOLOGÍA SISTÉMICA REALIZADA MEDIANTE EL ENFOQUE DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES DE BERT HELLINGER - Sara Rodríguez-Simón, Emerita Puig-Rebustes, Albert Martínez-Puig y Sofía Rotger-Della 108.
- EL IMPACTO DE LA TECNOFERENCIA EN LA FELICIDAD DE LAS PAREJAS - Ana María Ruíz-Ruano García y Jorge López-Puga 118.
- EFICACIA DEL PROTOCOLO UNIFICADO (UP) EN LOS TRASTORNOS EMOCIONALES: ENSAYO CLÍNICO CONTROLADO CON RELAJACIÓN Y MINDFULNESS COMO GRUPOS CONTROL - M. Teresa Rosique, Paloma Chorot, Rosa M. Valiente, Julia García-Escalera y Bonifacio Sandín 125.
- MODALIDADES DE PROGRAMAS DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO A NIVEL ESCOLAR: ANÁLISIS DE SU EFECTIVIDAD - Alba Val-Noguerol y M^a Carmen Míguez 132.

PSICOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN

- ATENCIÓN A LAS NECESIDADES DEL ALUMNADO CON ALTAS CAPACIDADES: PROGRAMA AMENTÚRATE - Teresa Gallego-Álvarez, Alba Ibáñez-García, Juan Amodia-de la Riva, Maricel Totoricagüena-Martín, Ruth Villalón-Molina, Rocío Ruiz-Cobo y Verónica Guillén-Martín 143.
- UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA PARA LA MEJORA DEL AJUSTE ESCOLAR A TRAVÉS DE VARIABLES PSICOLÓGICAS - Arantazu Rodríguez-Fernández, Inge Axpe-Saez e Iker Izar de la Fuente 150.

PSICOLOGÍA DE LA SALUD

- EL CONSUMO DE CAFEÍNA EN PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL GRAVE - Montserrat Belinchón-Ortiz 158.
- MARCO CONCEPTUAL PARA DESARROLLAR FACTORES DE PROTECCIÓN DE LOS 3 A LOS 16 AÑOS PARA LA PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO: EL COMPONENTE DE GESTIÓN EMOCIONAL DEL PROGRAMA SI! - Vanesa Carral, Carla Rodríguez, Xavier Orrit, Mercedes de Miguel, Domènec Haro, Patricia Bodega, Amaya de Cos-Gandoy, Isabel Carvajal, Juan. M. Fernández-Alvira, Rodrigo Fernández-Jiménez, Gloria Santos-Beneit, Valentín Fuster 165.
- PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA ADOLESCENCIA: PROPUESTA DE UNA APP PARA MEJORAR LA REGULACIÓN EMOCIONAL - Usue de la Barrera, Silvia Postigo-Zegarra, José Antonio Gil-Gómez e Inmaculada Montoya-Castilla 173.
- SALUD Y ESTRÉS PERCIBIDO EN EL CUIDADOR PRINCIPAL: ESTUDIO COMPARATIVO ENTRE ASMA BRONQUIAL Y DIABETES MELLITUS TIPO I - Laura Lacomba-Trejo, Selene Valero-Moreno, Inmaculada Montoya-Castilla y Marián Pérez-Marín 181.
- ESTUDIO DE CASO ÚNICO MEDIANTE EL COACHING PSICOLÓGICO MOTIVACIONAL EN UNA JOVEN QUE PRETENDE PERDER PESO Y AUMENTAR SU MASA MUSCULAR - David Peris-Delcampo y Enríque Cantón Chirivella 189.

PSICOLOGÍA DEL ENVEJECIMIENTO

- VALIDACIÓN ESPAÑOLA DE LA ESCALA "LISTADO DE PROBLEMAS DE MEMORIA Y CONDUCTA EN EL ÁMBITO RESIDENCIAL" REVISED MEMORY AND BEHAVIOUR PROBLEMS CHECKLIST- NURSING HOMES (RMBPC-NH) - Cristina Velasco, Gema Pérez-Rojo, Cristina Noriega, M^a Isabel Carretero, Patricia López-Frutos, Leyre Galarraga y Javier López 198.

ÍNDICE

PSICOLOGÍA DEL TRAUMA

- ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LOS FACTORES IMPLICADOS EN LA DESPROTECCIÓN INFANTIL -
Begoña Álvarez-Villaverde 206.
- VÍCTIMAS DE EXPLOTACIÓN SEXUAL. CLAVES DE RECUPERACIÓN PSICOLÓGICA DEL TRAUMA -
Amador Cernuda-Lago 215.
- EVALUACIÓN DE LA EFICACIA DE LA TERAPIA SENSORIOMOTRIZ EN UN ADULTO VÍCTIMA DE UNA
EXPERIENCIA TRAUMÁTICA - Sandra López Gallego y Alicia Álvarez García 221.

PSICOLOGÍA INFANTO-JUVENIL

- DIABETES MELLITUS TIPO 1 EN LA ADOLESCENCIA: ESPECIFICIDAD DE LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA
- Nuria García-Barbacil y Tamara Soto-López 229.
- “¿Y SI NO LA CUIDAN BIEN? A PROPÓSITO DEL DUELO INFANTIL” - Tamara Soto-López y Nuria García-
Barbacil 234.

PSICOLOGÍA JURÍDICA Y FORENSE

- ONLINE GROOMING: CASOS DE MENORES INFRACTORES - Miguel Ángel Alcázar-Córcoles 241.
- APLICACIONES DE LA NEUROPSICOLOGÍA FORENSE EN LA JURISDICCIÓN CIVIL: IMPLICACIONES PARA
LOS INFORMES PERICIALES NEUROPSICOLÓGICOS - Amaya Nagore Casas 247.
- EL ROL DE VÍCTIMAS Y AGRESORES DE VIOLENCIA ENTRE IGUALES EN LA VIOLENCIA FILIO-PARENTAL -
María José Navas-Martínez y María del Carmen Cano-Lozano 254.
- TRABAJANDO COMO PSICÓLOGA FORENSE EN LOS JUZGADOS DE INCAPACIDADES Y TUTELAS DE
MADRID - Montserrat Videgaín-Llaneras 261.

PSICOLOGÍA SOCIAL

- DESARROLLO DE UNA NUEVA MEDIDA DE BIENESTAR BASADA EN ESTÍMULOS PARCIALMENTE
ESTRUCTURADOS - Miriam Bajo, Darío Díaz, y María Stavrakí 267.
- CREATIVIDAD, INNOVACIÓN Y BIENESTAR EN ORGANIZACIONES SOCIO-EDUCATIVAS: UN ESTUDIO EN
CHILE, EUSKADI/PAÍS VASCO Y URUGUAY - Silvia da Costa, Gabriela Etchebehere, Daniel Hermosilla y Darío Páez 274.
- LA INFLUENCIA DEL FATALISMO SOCIAL EN LA SALUD POSITIVA DE LAS SOCIEDADES. UN ANÁLISIS
EMPLEANDO ESTÍMULOS PARCIALMENTE ESTRUCTURADOS - Darío Díaz, Miriam Bajo y Beatriz Gandarillas 283.
- SUCESOS VITALES ESTRESANTES Y CAPACIDAD DE RESILIENCIA EN PERSONAS EN SITUACIÓN DE
EXCLUSIÓN SOCIAL: DIFERENCIAS DE GÉNERO - Elena Rodríguez-Sánchez, Esther Rivas-Rivero y Ana Belén
García-Varela 290.

PSICOLOGÍA Y MOVIMIENTOS MIGRATORIOS

- NUEVOS RACISMOS Y NUEVAS ESTRATEGIAS PSICOSOCIALES PARA AFRONTARLOS - Guillermo Fouce-
Fernández, Sandra Orozco-Ortega, Manuel Fco. Martínez-García 297.

PSICOLOGÍA Y SUICIDIO

- EL SUICIDIO EN LA REGIÓN DE MURCIA ANALIZADO CON FACTORES DE BAYES - Laura P. Moya-Montoya,
Ana M^o Ruíz-Ruano y Jorge López-Puga 304.

TRABAJO Y ORGANIZACIONES

- ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y MODALIDADES DE VIOLENCIA EN EL TRABAJO: RESULTADOS PRELIMINARES DE UN ESTUDIO DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOSOCIAL - [Lautaro Círami y Liliana Edith Ferrari](#) 313.
- LA GESTIÓN DE LOS ERRORES EN LAS ORGANIZACIONES Y SU IMPACTO EN LA CONDUCTA INNOVADORA: EL PAPEL MEDIADOR DE LA INICIATIVA GRUPAL - [Abel Las Hayas-Gil, Ana Mª Lisbona-Bañuelos y Francisco José Palací-Descals](#) 320.
- IDENTIFICACIÓN DE FACTORES PSICO-SOCIOLABORALES EN AGREMIADOS SINDICALES QUE INFLUYEN EN LA SEPARACIÓN CONYUGAL Y SU RELACIÓN CON LA SALUD CON BASE EN SOLVE DE LA ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO OIT - [Eduardo Leal-Beltrán, Lenin Arenas-Coronado, Rosa María Sánchez-Reynoso, Mario Castellano-Valdez, Roberto Granados-Galván y Laura Ruiz-Gaytán](#) 329.
- PUNTO DE INFORMACIÓN Y ATENCIÓN SOBRE RIESGOS PSICOSOCIALES DEL COP MADRID. GRUPO DE SALUD LABORAL DEL COLEGIO OFICIAL DE PSICÓLOGOS DE MADRID - [Helena Thomas-Currás y Elisa Sánchez-Lozano](#) 336.

VIOLENCIA DE GÉNERO

- RESULTADOS APRECIADOS EN EL CAMBIO CLÍNICO EN AGRESORES VIOLENCIA DE GÉNERO A TRAVÉS DE PROGRAMAS DE REINSERCIÓN BASADOS EN LA EXPERIENCIA PRÁCTICA DE PROFESIONALES - [Denis Gil Vega](#) 343.
- PREVENCIÓN SECUNDARIA DEL CONSUMO DE DROGAS EN JÓVENES Y ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN - [Josefa Patiño-Masó, Olga Hernández-Serrano, María Eugenia Gras, Montserrat Planes y Silvia Font-Mayolas](#) 350.

ESTUDIO PILOTO MANTENTE REAL EN GALICIA: UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE DROGAS Y OTRAS CONDUCTAS PROBLEMÁTICAS EN LA ADOLESCENCIA

Olalla Cutrín Mosteiro, Lorena Maneiro Boo, María Patricia Navas Sánchez y José Antonio Gómez-Fraguela

Universidad de Santiago de Compostela

Resumen: Mantente REAL es un programa de prevención del consumo de drogas y otras conductas problemáticas en el inicio de la adolescencia. El programa se centra en la promoción de habilidades personales y sociales generales, así como de habilidades de resistencia específicas: Rechaza, Explica, Aléjate-No vayas y Levántate-Vete. La muestra del estudio piloto Mantente REAL – Galicia estaba formada por 347 adolescentes cursando 1º de ESO, entre 11 y 14 años ($M = 12,22$; $DT = 0,54$), el 45,7% mujeres. Los resultados indican que la mayoría de los jóvenes todavía no han comenzado a consumir sustancias. Además, a estas edades ya manifiestan actitudes negativas hacia el consumo y tienen integradas en su repertorio conductual estrategias de evitación de la presión grupal. En cuanto a las diferencias de género, se han encontrado diferencias en el uso de las estrategias REAL y otras estrategias no-REAL entre chicos y chicas.

Palabras clave: Prevención, Consumo de sustancias, Adolescentes, Estrategias REAL.

KEEPIN´IT REAL PILOT STUDY IN GALICIA: A PREVENTION PROGRAM OF SUBSTANCE ABUSE AND OTHER PROBLEMATIC BEHAVIORS IN ADOLESCENCE

Abstract: Keepin´it REAL is a prevention program in substance abuse and other problematic behaviors at the beginning of adolescence. The program focuses on the promotion of general personal and social skills, as well as specific resistance skills: Refuse, Explain, Avoid and Leave. The sample of the pilot study Keepin´it REAL - Galicia was composed by 347 adolescents between 11 and 14 years old ($M = 12.22$, $SD = 0.54$), 45.7% women that studying in first year of ESO. The results indicate that most of adolescents have not yet begun to consume substances. In addition, at these ages they already show negative attitudes toward consumption and have strategies of avoidance of group pressure integrated into their behavioral repertoire. Regarding gender differences, differences have been found in the use of REAL strategies and other non-REAL strategies between boys and girls.

Key words: Prevention, Substance Abuse, Adolescents, REAL Strategies.

INTRODUCCIÓN

El consumo de sustancias en jóvenes es uno de los problemas que más preocupa a la sociedad actual (Moreno et al., 2016). El programa Mantente REAL (originalmente *keepin´ it REAL*; Marsiglia & Hecht, 2005), que se ha mostrado eficaz para la prevención del consumo de drogas en diversos países, ha sido adaptado al contexto español y puesto a prueba para evaluar su eficacia.

Mantente REAL es un programa de prevención del consumo de drogas y otras conductas problemáticas en la adolescencia aplicado por el propio profesorado en el aula y enfocado hacia el desarrollo de habilidades personales y sociales. Específicamente, se ha diseñado para ser implementado en el inicio de la adolescencia y, de esta forma, prevenir de forma temprana el consumo de sustancias. El programa ha sido elaborado, implementado y evaluado en Estados

Unidos por el equipo interdisciplinario Global Center for Applied Health Research (Arizona State University) forma parte de la lista de Programas Modelo del país. También se ha implementado y evaluado en otros países de habla hispana, como Uruguay, México, Guatemala y España. Las distintas adaptaciones de Mantente REAL han dado lugar a la elaboración de distintos manuales de implementación del programa (i.e., Manual del Profesor/a y Manual del Alumno/a) específicos para cada región. El programa adaptado a España cuenta con un total de 12 lecciones que deben ser implementadas por el profesorado en el aula de forma semanal.

El propósito principal del programa es enseñar a los estudiantes cómo decir NO a los ofrecimientos de sustancias como alcohol, tabaco y otras drogas de una forma práctica y fácil, usando estrategias representadas por el acrónimo REAL: Rechaza, Explica, Aléjate-No vayas y Levántate-Vete. La estrategia *Rechaza* hace referencia a la capacidad de decir No de forma clara, directa y respetuosa. La estrategia *Explica* consiste en dar una o más razones válidas y verdaderas para decir No. Por su parte, la estrategia *Aléjate-No Vayas* consiste en Alejarse o No Ir a lugares, situaciones o con personas para permanecer físicamente lejos de comportamientos de riesgo. Por último, la estrategia *Levántate-Vete* hace referencia a la retirada o abandono de una situación que es peligrosa, amenazante y de riesgo en la que no se quiere estar, sin molestarse y sin dar explicaciones. El programa combina la adquisición de habilidades específicas de resistencia a la influencia social para consumir drogas, basadas en las estrategias REAL, con otras habilidades personales y sociales que juegan un papel esencial en el ajuste psicológico y desarrollo psicosocial de los adolescentes (e.g., habilidades de comunicación, asertividad, resolución de problemas) (Sancassiani et al., 2015).

Aprender e integrar este tipo de habilidades adquiere una especial relevancia en la adolescencia ya que constituye un período evolutivo crítico en el desarrollo psicosocial, especialmente en lo que a susceptibilidad a la influencia social se refiere. En la adolescencia, el grupo de iguales se convierte en el agente socializador de referencia, dada la necesidad de pertenencia y aceptación por parte del grupo de iguales normativo (Collins & Laursen, 2004). La influencia del grupo facilita que en muchas ocasiones se presenten

“conductas problemáticas” como una forma de aumentar su aceptación, estatus y manifestar su independencia y autonomía frente a las personas adultas (Steinberg, 2017). Por ello, el inicio de la adolescencia constituye un periodo ideal para la enseñanza de estrategias de resistencia a la presión social para el consumo de sustancias en aras de prevenir la implicación en comportamientos poco saludables y, así, favorecer un desarrollo psicosocial positivo.

El programa Mantente REAL ha sido elaborado para que sea posible incorporar el contexto cultural, la forma de comunicación y el proceso de toma de decisiones de los propios alumnos en la enseñanza de las habilidades sociales. Para ello, se apoya en el visionado de videos con el fin de reforzar el aprendizaje basado en las normas culturales de los adolescentes, el cual les enseña a utilizar sus recursos personales y los recursos y valores culturales de sus familias y comunidades. Por tanto, el programa Mantente REAL está hecho *por jóvenes, para jóvenes*. Además, el programa tiene en cuenta las diferencias de género y la diversidad sociocultural, que se reflejan principalmente en los valores que determinan las creencias y formas de actuar en cada contexto. Esta sensibilidad cultural y de género facilita que los mensajes de prevención lleguen a la diversidad de la población adolescente ya que, distintos grupos culturales así como los chicos y chicas, pueden mostrar patrones de consumo diferenciados y presentar factores de riesgo distintos (e.g., Cutrín, Gómez-Fraguela, & Sobral, 2017).

EVIDENCIA DE LA EFICACIA DEL PROGRAMA: ESTUDIO PILOTO MANTENTE REAL – GALICIA

Los estudios llevados a cabo hasta el momento para evaluar la eficacia del programa Mantente REAL en distintos contextos han mostrado que el programa es efectivo para la prevención de uso de sustancias. En general, los datos indican que el programa produce efectos significativos en la reducción de las drogas de entrada (alcohol, tabaco y cannabis), aumentando las actitudes negativas de los adolescentes hacia el consumo de drogas y aumentando las estrategias de resistencia para evitar su uso (e.g., Kulis, Booth, & Berra, 2016; Kulis et al., 2005).

El estudio piloto Mantente REAL – Galicia pretende evaluar la eficacia de los materiales previamente adaptados al contexto español

del programa Mantente REAL en población de adolescentes de la Comunidad Autónoma de Galicia. La información aportada por este estudio piloto servirá, asimismo, para basar futuros proyectos de adaptación cultural y avanzar en la adaptación del material del programa Mantente REAL al contexto gallego. En definitiva, la implementación de un programa de estas características representa un importante avance en materia de prevención en centros educativos y permite adelantar y disponer de respuestas oportunas a una demanda social patente en los contextos educativos, sociales y familiares. En este trabajo se presentan algunos de los datos preliminares que se han derivado de la puesta en marcha del estudio en el presente curso escolar 2018-2019.

MÉTODO

PARTICIPANTES

La muestra del estudio piloto Mantente REAL – Galicia está formada por 347 adolescentes que cursan el primer curso de la Educación Secundaria Obligatoria en 6 centros educativos públicos de la provincia de A Coruña (Galicia). Como se muestra en la Gráfica 1, los adolescentes tienen entre 11 y 14 años ($M = 12,22$; $DT = 0,54$) y el 45,7% son mujeres. El 87% de los adolescentes nacieron en Galicia, el 4,9% en otra parte de España y el 8,1% en otro país distinto.

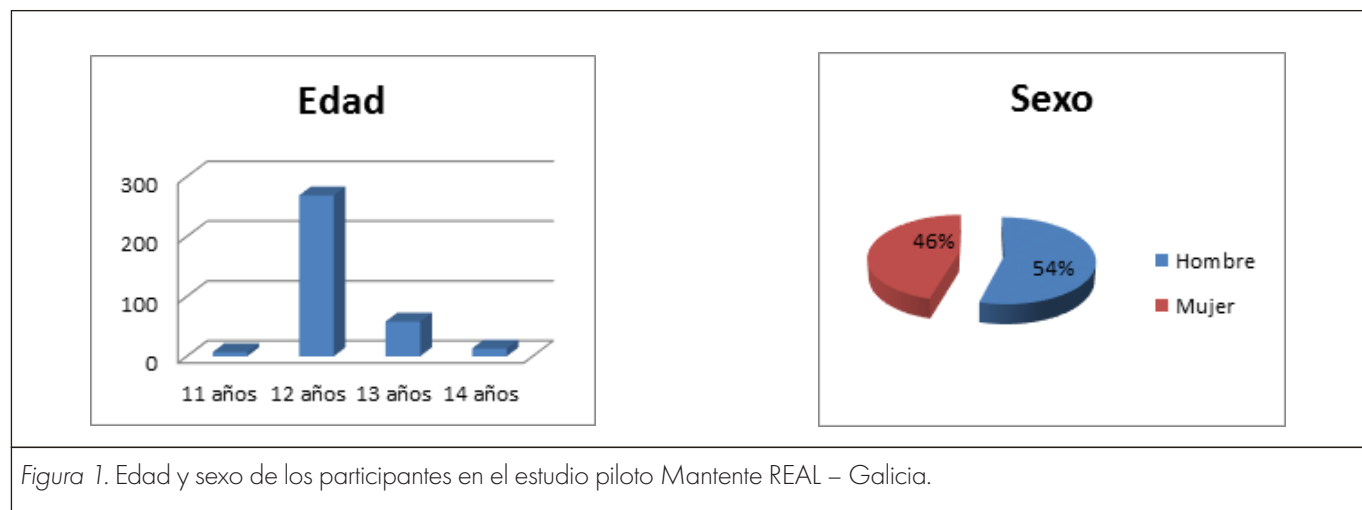
VARIABLES

- *Frecuencia de consumo de sustancias.* Los adolescentes informaron de sus hábitos de consumo

de drogas, indicando en un rango de 7 alternativas (*ninguna – solo una vez – 2-3 veces – 4-9 veces – 10-19 veces – 20-39 veces – 40 veces o más*) la frecuencia con la que han consumido alcohol, tabaco y cannabis a lo largo de su vida.

- *Actitudes ante el consumo de sustancias.* Los adolescentes han respondido a dos tipos de preguntas para informar acerca de sus actitudes ante el consumo de sustancias. El ítem “Si tuvieras oportunidad este fin de semana, ¿consumirías...?” se presentó de forma separada para alcohol, tabaco y cannabis para evaluar la actitud general ante el consumo a través de un rango de 4 alternativas de respuesta (*definitivamente no – probablemente no – probablemente sí – definitivamente sí*). Por otra parte, se presentaron 3 ítems de situaciones concretas (e.g., “¿Qué dirías si un miembro de la familia te ofrece alcohol?”) con un rango de 4 alternativas de respuesta (*seguramente diría que no – probablemente diría que no – tendría dificultades para decir que no – no podría decir que no*).

- *Estrategias para evitar la presión grupal.* Los adolescentes han respondido a dos escalas: una escala de 8 ítems para valorar el uso de estrategias ante una situación general de presión grupal (e.g., “Cuando sientes presión para hacer algo que no quieres hacer, ¿con qué frecuencia inventas una excusa?”; $\alpha = ,78$) con 5 alternativas de respuesta (*nunca – a veces – muchas veces – casi siempre – siempre*) y, por otra parte, una escala 5 ítems para valorar el uso de estrategias ante una situación hipotética concreta de presión para el consumo de alcohol (e.g., “Si un amigo te ofreciera una cerveza en una fiesta... Me iría o me alejaría sin tomar la cerveza”; $\alpha = ,61$) con 4 alternativas de respuesta (*nunca – a veces – muchas veces – casi siempre*).



PROCEDIMIENTO

Para llevar a cabo el estudio piloto Mantente REAL – Galicia se contactó en primer lugar con 14 centros educativos, a los cuales se les proporcionó la información necesaria sobre el estudio. Puesto que el objetivo inicial era obtener una muestra próxima a los 400 participantes, el reclutamiento finalizó una vez confirmada la participación de seis centros de educación secundaria. Estos centros fueron asignados aleatoriamente a dos grupos: tres centros fueron asignados al grupo experimental (i.e., se aplica el programa Mantente REAL) y los otros tres fueron asignados al grupo control (i.e., no se aplica el programa Mantente REAL). Para garantizar la validez del estudio la asignación a los grupos control y experimental se realizó al azar entre los centros educativos que accedieron a participar en el proyecto. En los centros asignados al grupo experimental el programa se aplicó en la totalidad de las aulas correspondientes al primer curso de ESO. El programa fue implementado por los propios tutores, para lo cual contaron con una formación práctica previa y un Manual del Profesor/a, en el que se detallan todas las actividades y procedimientos a seguir. Con el fin de evaluar la eficacia del programa se llevó a cabo una recogida de datos en todos los centros, previa a la implementación de las sesiones en los centros pertenecientes al grupo experimental (i.e., recogida pre-test). Durante la implementación del programa, se realizaron 3 sesiones de observación para valorar las dificultades reales de la aplicación del programa y el grado de satisfacción con el mismo. Al finalizar la implementación de las sesiones, se realizará de nuevo una recogida de datos en todos los centros (i.e., recogida post-test). Los datos pre-test y post-test de grupo experimental y grupo control se compararán al final del proyecto para evaluar las diferencias entre las dos condiciones. De este modo, la evaluación de la eficacia seguirá las recomendaciones de algunos autores (Fernández, Nebot, & Jané, 2002) que proponen utilizar una metodología cuantitativa y cualitativa.

RESULTADOS

HÁBITOS DE CONSUMO DE SUSTANCIAS

La mayoría de los adolescentes afirmaron no haber probado el alcohol (74,6%), el tabaco (93,3%) o el cannabis (99,1%) (ver Gráfica 2). De los 87 adolescentes que dicen haber probado el alcohol,

el 50,6% lo han probado solo una vez. En cuanto a las diferencias de género en los hábitos de consumo, los chicos han informado en mayor medida que las chicas de haber probado o de consumir bebidas alcohólicas ($t = 2,704, p = ,007$). Sin embargo, no se han encontrado diferencias entre chicos y chicas en la frecuencia de consumo de tabaco ($t = 0,677, p = ,499$) o de cannabis ($t = 1,237, p = ,217$).

ACTITUDES ANTE EL CONSUMO DE SUSTANCIAS

Como se muestra en la Gráfica 3, casi la totalidad de los adolescentes afirmaron que definitivamente no probarían el alcohol (92,8%), el tabaco (97,1%) o el cannabis (98,8%) aunque tuviesen oportunidad para hacerlo. No se han encontrado diferencias de género en la actitud general hacia el consumo de bebidas alcohólicas ($t = 1,264, p = ,207$), tabaco ($t = -0,417, p = ,677$) o cannabis ($t = 1,761, p = ,079$). De forma similar, cuando se presentan situaciones concretas de ofrecimiento de sustancias (ver Gráfica 4), la mayoría de los adolescentes informaron de que con seguridad dirían que no si un familiar les ofreciese alcohol (83,3%), si otro estudiante les ofreciese un cigarrillo (94,5%) o si un amigo cercano les ofreciese marihuana o hachís (98,8%).



Figura 2. Frecuencia de consumo de alcohol, tabaco y cannabis.



Figura 3. Actitud general ante el consumo de alcohol, tabaco y cannabis.



Figura 4. Actitudes ante situaciones concretas de ofrecimiento de sustancias.

En la situación concreta de ofrecimiento de alcohol en el contexto familiar, se han encontrado diferencias de género en el grado de seguridad para rechazar la oferta ($t = 2,271, p = ,024$). Así, un 6,4% de los chicos, frente a un 1,9% de las chicas, informaron de que tendrían dificultades para negarse o no podrían decir que no ante esta situación. No se han encontrado diferencias de género en las situaciones concretas de rechazar la oferta de tabaco de otro estudiante ($t = -0,827, p = ,409$) y rechazar la oferta de marihuana de un amigo ($t = -1,184, p = ,237$).

ESTRATEGIAS PARA EVITAR LA PRESIÓN GRUPAL

En cuanto a las estrategias para enfrentarse a situaciones de presión grupal (ver Gráfica 5), se ha encontrado que las estrategias más utilizadas por los adolescentes son irse de la situación o del lugar (87,6%) o rechazar sin dar explicaciones (80,8%), seguidas por ignorar a la persona o la situación (76,1%), contárselo a un adulto (73,3%) e intentar desviar la atención cambiando de tema (68%). Las estrategias de rechazar explicando los motivos (55,4%) e inventar una excusa (53,8%) son utilizadas solo por la mitad de los sujetos. Por último, la estrategia basada en enfadarse o reaccionar con empujones o violencia (14,3%) es utilizada de forma limitada. Únicamente se han encontrado diferencias de género en el uso de las estrategias de ignorar a la persona o la situación ($t = 2,034, p = ,043$) y de enfadarse y usar violencia ($t = 3,800, p < ,001$), siendo en ambos casos los chicos los que informaron de utilizar estas estrategias para evitar la presión grupal con mayor frecuencia que las chicas.

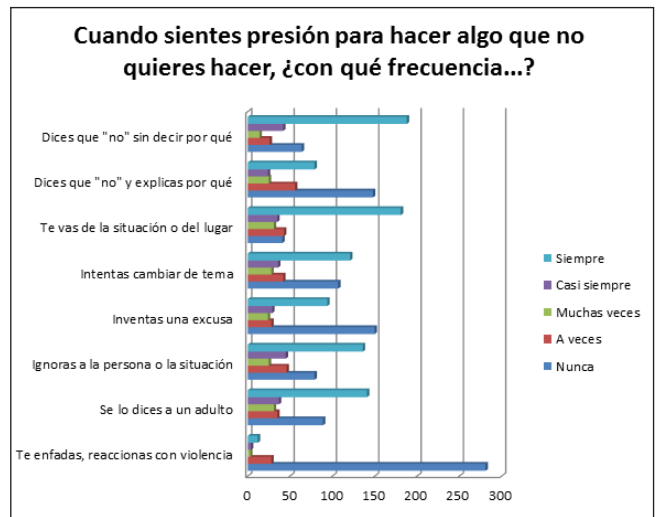


Figura 5. Estrategias de rechazo ante una situación general de presión grupal.

Los resultados indican que el patrón de uso de las estrategias se adapta al tipo de situación. Tal y como se muestra en la Gráfica 6, cuando a los adolescentes se les presenta la situación hipotética concreta de una fiesta en la que un amigo les ofrece una cerveza, las estrategias más utilizadas por los adolescentes son decir "no" sin dar explicaciones (84,6%), irse o alejarse sin tomar la cerveza (75,3%) y decir "no" añadiendo una explicación o una excusa (62,6%). La estrategia que supone anticipar la situación y, por tanto, evitar ir a la fiesta es utilizada solo en la mitad de los casos (53,5%) y la estrategia de fingir que beben la cerveza solo sería utilizada por el 27% de los adolescentes. Únicamente se han encontrado diferencias de género en el uso de la estrategia de fingir tomarse la bebida ($t = 2,575, p = ,010$), siendo los chicos los que informaron de llegar a utilizarla con mayor frecuencia que las chicas.



Figura 6. Estrategias de rechazo al ofrecimiento de alcohol en una situación concreta.

DISCUSIÓN

Mantente REAL es un programa de prevención del consumo de drogas y otras conductas problemáticas desarrollado para ser implementado en el inicio de la adolescencia. Este programa está diseñado para que sean los propios profesores los encargados de la aplicación del programa en el aula, con el propósito principal de enseñar a los estudiantes cómo decir NO a los ofrecimientos de sustancias de una forma práctica. Así, se enseñan habilidades personales y sociales generales (e.g., habilidades de comunicación, asertividad, resolución de problemas) y habilidades de resistencia específicas basadas en las estrategias representadas por el acrónimo REAL: Rechaza, Explica, Aléjate-No vayas y Levántate-Vete. Este programa, que se ha mostrado eficaz en diversos países, ha sido adaptado a contexto español y puesto a prueba para evaluar su eficacia. El estudio piloto Mantente REAL – Galicia pretende, por tanto, evaluar la eficacia de los materiales previamente adaptados al contexto español en población de adolescentes de la Comunidad Autónoma de Galicia. En este trabajo se han presentado algunos de los datos preliminares que se han derivado de la puesta en marcha del estudio en el presente curso escolar 2018-2019.

Los resultados han mostrado que la práctica totalidad de los adolescentes de 11 a 14 años no han consumido hasta el momento ninguna sustancia, ya sea alcohol, tabaco o cannabis. Otros estudios han demostrado que la edad de inicio media de consumo de sustancias en los jóvenes españoles se encuentra entre los 14 y los 15 años (Colell, Sánchez-Niubò, & Domingo-Salvany, 2013). Por tanto, el inicio de la adolescencia supone un momento óptimo para implementar este tipo de programa ya que, siguiendo las indicaciones de diversos autores (e.g., Gázquez, García del Castillo, & Espada, 2009; Gottfredson & Wilson, 2003), la mejor propuesta preventiva es la que se lleva a cabo antes de que aparezca el fenómeno del consumo de sustancias. De forma similar a los resultados de otros estudios (e.g., Luengo et al., 2008), los resultados encontrados en este estudio indican que los chicos informaron de haber probado bebidas alcohólicas en mayor medida que las chicas. No obstante, estudios recientes han indicado una tendencia hacia la igualdad en la frecuencia de consumo de alcohol en chicos y chicas (e.g., Colell et al., 2013; Cutrín et al., 2017). Por otra parte, no se encontraron diferencias en la medida en la que los adolescentes informaron de haber probado tabaco o cannabis, siendo menos del 10% los que probaron el tabaco y menos del 1% los que probaron el cannabis.

Por otra parte, los resultados han indicado que las actitudes negativas ante el consumo están presentes en la mayoría de los adolescentes de estas edades. Tal y como otros estudios han indicado, las actitudes positivas hacia el consumo aumentan según avanza la adolescencia (Moral & Ovejero, 2005). No obstante, en los datos se refleja que los adolescentes se muestran más propicios a aceptar una oferta de consumo de alcohol cuando ésta se realiza en el contexto familiar. Este resultado va en la línea de otros estudios que han planteado el posible papel de la familia como facilitador (y no como agente preventivo) del consumo de alcohol en los jóvenes debido a la exposición a esta sustancia en el ambiente familiar (Kulis, Marsiglia, Ayers, Calderón-Tena, & Nuño-Gutiérrez, 2011). De nuevo, son los chicos los que informan de tener más dificultades para rechazar este tipo de ofrecimientos en el ámbito familiar. Este resultado refuerza la influencia que ejercen las creencias de género y los valores culturales sobre el consumo de sustancias legales, como el alcohol o el tabaco (e.g., Kulis, Booth, & Becerra, 2016).

Por último, los adolescentes gallegos han informado del uso generalizado de dos de las estrategias REAL (i.e., Rechaza y Levántate-Vete) y de otro tipo de estrategias para evitar la presión de los iguales (e.g., inventar una excusa, contárselo a un adulto). Cuando se trata de un amigo cercano, la estrategia de Explica también es ampliamente utilizada. Al igual que en otros estudios derivados de la aplicación del Mantente REAL (Kulis et al., 2011), en el presente estudio la estrategia más utilizada por los adolescentes ha sido la estrategia de rechazar diciendo “no”. Por tanto, los adolescentes ya poseen en su repertorio conductual diversas estrategias que utilizan o utilizarían para evitar situaciones de riesgo. En este sentido, el programa Mantente REAL pretende fomentar el uso de este tipo de habilidades, ya existentes y utilizadas en la cultura de los jóvenes. El análisis de las diferencias de género en cuanto a las estrategias utilizadas ha indicado que los chicos utilizan más frecuentemente las estrategias de ignorar, fingir que beben y enfadarse o reaccionar de forma violenta. Otros estudios han mostrado la mayor tendencia de los hombres a utilizar otras estrategias no-REAL para evitar el consumo de alcohol (Kulis et al., 2011).

CONCLUSIONES

El inicio de la adolescencia supone un periodo idóneo para el refuerzo y la práctica de estrategias de evitación a la presión grupal, puesto que a estas

edades la mayoría de los jóvenes todavía no han comenzado a consumir sustancias. Los resultados preliminares del estudio piloto Mantente REAL – Galicia han mostrado que los adolescentes mantienen a estas edades actitudes negativas hacia el consumo y ya tienen integradas en su repertorio conductual algunas estrategias de evitación y rechazo. Partiendo de esta situación el programa Mantente REAL dirige sus esfuerzos preventivos al fortalecimiento de las habilidades que los jóvenes ya poseen, así como a la práctica de nuevas estrategias que pueden ampliar dicho repertorio y aplicarse a una diversidad de situaciones. Por otra parte, los resultados preliminares han mostrado que el propio contexto familiar parece presentarse como un contexto de riesgo para el consumo de sustancias, por lo que debería ser foco intensivo de los programas de prevención.

• Agradecimientos

Este estudio de investigación fue posible gracias a un premio internacional de investigación otorgado por el Global Center for Applied Health Research (GCAHR) de la Universidad Estatal de Arizona (ASU). El contenido de este trabajo es responsabilidad exclusiva de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de GCAHR o ASU

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Colell, E., Sánchez-Niubò, A., & Domingo-Salvany, A. (2013). Sex differences in the cumulative incidence of substance use by birth cohort. *International Journal of Drug Policy*, 24, 319–325. doi: [10.1016/j.drugpo.2012.09.006](https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2012.09.006)
- Collins, W. A., & Laursen, B. (2004). Parent-adolescent relationships and influences. En R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (2nd ed., pp. 331–361). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons. doi: [10.1002/9780471726746.ch11](https://doi.org/10.1002/9780471726746.ch11)
- Cutrín, O., Gómez-Fraguela, J. A., & Sobral, J. (2017). Gender differences in youth substance use: The effects of parenting through a deviant peer group. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse*, 26, 472–781. doi: [10.1080/1067828X.2017.1369203](https://doi.org/10.1080/1067828X.2017.1369203)
- Gázquez, M., García del Castillo, J. A., & Espada, J. P. (2009). Características de los programas eficaces para la prevención escolar del consumo de drogas. *Salud y Drogas*, 9, 285–208.
- Gottfredson, D. C., & Wilson, D. B. (2003). Characteristics of effective school-based substance abuse prevention. *Preventive Science*, 4, 27–38.
- Fernández, S., Nebot, M., & Jané, M. (2002). Evaluación de la efectividad de los programas escolares de prevención del consumo de tabaco, alcohol y cannabis: ¿Qué nos dicen los meta-análisis? *Revista Española de Salud Pública*, 76, 175–187.
- Kulis, S., Booth, J. M., & Becerra, D. (2016). Drug-resistance strategies of early adolescents in Mexico: Gender differences in the influence of drug offers and relationship to the offeror. *Substance Use & Misuse*, 51, 370–382. doi: [10.3109/10826084.2015.1110171](https://doi.org/10.3109/10826084.2015.1110171)
- Kulis, S., Marsiglia, F. F., Ayers, S. L., Calderón-Tena, C. O., & Nuño-Gutiérrez, B. L. (2011). Gender differences in drug resistance skills of youth in Guanajuato, Mexico. *The Journal of Primary Prevention*, 32, 113–127. doi: [10.1007/s10935-011-0239-7](https://doi.org/10.1007/s10935-011-0239-7)
- Kulis, S., Marsiglia, F. F., Elek, E., Dustman, P. A., Wagstaff, D. A., & Hecht, M. L. (2005). Mexican/Mexican American adolescents and Keepin' it Real: An evidence-based substance use prevention program. *Children and Schools*, 27, 133–145. doi: [10.1093/cs/27.3.133](https://doi.org/10.1093/cs/27.3.133)
- Luengo, M. A., Kulis, S., Marsiglia, F. F., Romero, E., Gómez-Fraguela, J. A., Villar, P., & Nieri, T. (2008). A cross-national study of preadolescent substance use: exploring differences between youth in Spain and Arizona. *Substance Use & Misuse*, 43, 1571–1593. doi: [10.1080/10826080802241078](https://doi.org/10.1080/10826080802241078)
- Marsiglia, F. F., & Hecht, M. L. (2005). *Keepin' it REAL: An evidence-based program*. Santa Cruz, CA: ETR Associates.
- Moral, M. V., & Ovejero, A. (2005). Análisis diferencial por niveles de edad de las actitudes hacia el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 39, 325–338. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28439302>
- Moreno, C., Ramos, P., Rivera, F., Jiménez-Iglesias, A., García-Moya, I., Sánchez-Queija, I., ... Morgan, A. (2016). *Los adolescentes españoles: estilos de vida, salud, ajuste psicológico y relaciones en sus contextos de desarrollo*. Resultados del Estudio HBSC-2014 en España. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Sancassiani, F., Pintus, E., Holte, A., Paulus, P., Moro, M. F., Cossu, G., ... Lindert, J. (2015). Enhancing the emotional and social skills of the youth to promote their wellbeing and positive development: a systematic review of universal school-based randomized controlled trials. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 11 (Suppl 1: M2), 21–40. doi: [10.2174/1745017901511010021](https://doi.org/10.2174/1745017901511010021)
- Steinberg, L. (2017). *Adolescence* (11th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.