

IMPORTANCIA DE LOS FACTORES PROTECTORES Y DE RIESGO EN LA SALUD MENTAL DURANTE LA ADOLESCENCIA

JOSÉ MENDOZA LANDERO

Licenciatura en Psicología por la Universidad Autónoma Metropolitana-Xochimilco. Maestría en Psicoterapia Psicoanalítica por el Colegio Internacional de Educación Superior, CiES. Doctorado en Investigación Psicoanalítica por el CiES. Estudios de Post Doctorado en Psicoanálisis Contemporáneo en la Universidad Intercontinental. Doctorante en Salud Mental por el Instituto Superior de Estudios de Occidente. Maestría en Liderazgo y Dirección de Centros Educativos por la Universidad Internacional de la Rioja. Coordinador de la Licenciatura en Psicología del CiES. Docente a nivel de licenciatura y posgrado en CiES y varias universidades. Co-autor de: Manual de Neuropsicología, Ed. D´Jimena y CiES; Disertaciones psicoanalíticas sobre cine y violencia, Ed. Hayai Gücü y Universidad de Londres. Practica privada.

Recepción: 18 noviembre 2024/ Aceptación:21 diciembre 2024

RESUMEN

Este artículo analiza los factores protectores y de riesgo en la salud mental de adolescentes, utilizando como base el caso de un joven de 22 años con adicción al cannabis, TDAH no diagnosticado y rasgos de personalidad antisocial y narcisista. A partir de la revisión de literatura y un enfoque clínico, se identificaron factores de riesgo como la falta de límites familiares y un entorno social violento, así como factores protectores como la integración a actividades académicas y el apoyo terapéutico gradual. Se propuso un plan de intervención interdisciplinario con terapias individual, familiar, grupal y psicofarmacológica. Los resultados evidencian la importancia de un abordaje multifacético para mitigar riesgos y promover la resiliencia en adolescentes con entornos adversos. Este enfoque ofrece herramientas para mejorar el pronóstico y fomentar el bienestar emocional a través de estrategias personalizadas.

PALABRAS CLAVE: adicción a cannabis, factores protectores, factores de riesgo, intervención interdisciplinaria, salud mental adolescente.

SUMMARY

This article examines protective and risk factors in adolescent mental health through the case of a 22-year-old with cannabis addiction, undiagnosed ADHD, and antisocial personality traits. Literature review and clinical analysis identified risk factors such as family boundary issues and violent environments, alongside protective factors like academic reintegration and therapeutic support. An interdisciplinary intervention plan, including individual, family, group, and pharmacological therapies, was proposed. Results highlight the value of a multifaceted approach to mitigate risks and foster resilience in adolescents facing adverse conditions, improving outcomes through tailored strategies.

KEYWORDS: protective factors, risk factors, cannabis addiction, adolescent mental health, interdisciplinary intervention.

RÉSUMÉ

Cet article analyse les facteurs de protection et de risque pour la santé mentale des adolescents, en prenant comme base le cas d'un jeune de 22 ans souffrant d'une addiction au cannabis, d'un TDAH non diagnostiqué et de traits de personnalité antisociale et narcissique. À partir d'une revue de la littérature et d'une approche clinique, des facteurs de risque tels que l'absence de limites familiales et un environnement social violent ont été identifiés, ainsi que des facteurs de protection comme l'intégration à des activités académiques et un soutien thérapeutique progressif. Un plan d'intervention interdisciplinaire a été proposé, incluant des thérapies individuelle, familiale, de groupe et une prise en charge psychopharmacologique. Les résultats mettent en évidence l'importance d'une approche multifacette pour atténuer les risques et promouvoir la résilience chez les adolescents confrontés à des environnements défavorables. Cette approche offre des outils pour améliorer le pronostic et favoriser le bien-être émotionnel grâce à des stratégies personnalisées.

MOTS-CLÉS: facteurs de protection, facteurs de risque, addiction au cannabis, santé mentale des adolescents, intervention interdisciplinaire.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo está enmarcado a un aspecto importante que se debe considerar en la busca de establecer la salud mental, se trata de los factores protectores y los factores de riesgo. Para esto se toma como eje de problematización un tema que por lo demás es muy actual, la viñeta clínica de un paciente con adicción al cannabis. En la descripción del caso encontramos que en su entorno familiar aparecen otros factores que influyen de manera muy acusada en la aparición del trastorno, siendo los problemas de salud mental que predominan en su entorno, sumado es la falta de límites y de autoridad paterna, la consciencia de enfermedad, posibles diagnósticos en la infancia que no fueron atendidos, incluso de familiares que han padecido sus propios trastornos, todo lo cual forman elementos que evidentemente contribuyen al estado actual del paciente, de nombre Luis.

Una vez descrito el caso se hace la delimitación o encuadre de aquellos factores protectores con los cuales cuenta Luis, así como los riesgos inminentes a la salud mental a los que se enfrenta, mismos que se analizan en su papel ya sea desencadenante o de contención, según sea el caso, para la salud mental del paciente.

Cada uno de estos factores es revisado y explicitado de forma detallada. Y en el aspecto de los factores protectores se agrega cuales su influencia en el tratamiento y pronóstico.

Posterior a esto se elaboran las estrategias para el abordaje de los factores de riesgo y de protección, para lo cual se revida de la literatura especializada pertinente que permita sustentar de forma objetiva, precisa y fundamentada.

Todo lo anterior permite establecer un plan de acción que incluye los objetivos a alcanzar, las actividades que deben ser ejercitadas así como los resultados que se esperan en la búsqueda de la recuperación, hasta donde sea posible, de la salud

mental del paciente. Lo anterior es extensible a su familia nuclear. Finalmente se presentan las conclusiones que se deriven de este caso.

DESCRIPCIÓN DEL CASO

Se trata de un 22 años, habitante de Ciudad de México quien acude a psicoterapia, presentando como motivo de consulta el abuso de sustancias, particularmente cannabis, como parte de su proceso de rehabilitación después de haber cumplido una sentencia de seis meses y de encontrarse en libertad condicional por asalto. Las otras sustancias de consumo son tabaco, alcohol y cocaína de manera ocasional. A esto se suma posible TDAH no diagnosticado ni tratado en la infancia, trastorno de la personalidad antisocial y narcisista, conducta delictiva, conflictos familiares. Todo esto ha conducido a un marcado deterioro de la actividad social, familiar además de la laboral.

Su familia está compuesta por otras cuatro personas, su padre, su madre y su hermana. El conjunto familiar ha sido víctima de agresiones físicas por parte de Luis, generando en su hermana un alto índice de ansiedad. En el ámbito familiar mantiene una conducta de tiranía y de sometimiento hacia los demás miembros de su familia. Ha realizado pequeños hurtos en casa con la finalidad de obtener recursos para adquirir las sustancias de consumo. En el caso de su padre, éste no es capaz de lograr establecer límites ni hacerse respetar por el paciente. Se encuentra en tratamiento por un trastorno de depresión. En el caso de la madre, se destaca el hecho de que actúa con sobreprotección hacia Luis impidiendo que el padre imponga su autoridad, accediendo constantemente a las demandas de su hijo sumado a que tiene baja consciencia de enfermedad de su hijo. En cuanto a la familia extendida hay datos de diversos trastornos mentales, como una abuela esquizofrénica.

En el plano social cuenta con un círculo muy limitados y sus relaciones afectivas o sexuales ocurren de manera esporádica en el contexto de consumo. En el aspecto escolar ha sido expulsado de diversas instituciones por indisciplina

Encuadre sobre los factores protectores y de riesgo en salud mental

Como se observó en la breve descripción del caso clínico que se nos presenta, el paciente tiene como principal característica el empleo de cannabis, junto con otras sustancias de abuso, sumado a rasgos de la personalidad patológicos y a un entorno social, pero sobretodo familiar poco saludable. En este apartado se revisarán los factores protectores necesarios y los riesgos presentes para el deterioro de su salud mental.

Según un estudio realizado con estudiantes en la ciudad de San Salvador [1] se pudieron encontrar los siguientes factores protectores ante el consumo de cannabis dentro del contexto de entornos educativos, siendo los más destacables el trabajo del director de la escuela y la satisfacción con el trabajo de las autoridades del colegio. En un estudio más amplio López y Rodríguez-Arias [2] ubican que un buen ambiente familiar y comunitario genera factores de protección, así como la edad, pues a mayor edad menor riesgo, lo mismo el sexo, siendo en el caso femenino un factor de protección. Además agregan que un ambiente escolar positivo con éxitos escolares también coadyuvan a generar dichos aspectos protectores. En otro estudio [3] coloca como principal factor de protección a la familia, seguido del nivel educativo, socioeconómico y la capacidad de resiliencia, así como la capacidad de manejar el estrés.

En el caso de factores de riesgo para el consumo de marihuana en contextos escolares, según Pérez [1] encontramos la ignorancia de la familia en cuanto a la existencia de algún problema, el control parental en la vida sentimental, niveles altos de ansiedad, y la inasistencia a clases ante profesores difíciles. Por otro lado, Silva y Rodríguez-Arias [2] identifican como factores de riesgo la disponibilidad, los fracasos escolares, el sexo (masculino implica mayor riesgo), la edad (a menor edad mayor riesgo), actitudes familiares favorables al consumo y con historial de conducta antisocial. Otro estudio [3] coloca como factores de riesgo la edad, el sexo, la filiación con compañeros adictos, la falta de educación familiar sobre el tema, el estrés, y un entorno social violento, como los principales factores de riesgo.

Como se puede observar, tanto los factores de protección como los factores de riesgos pueden relacionarse con el modelo ecológico que indica cuatro niveles de factores. En

cada uno de los estudios revisados se encontraron aspectos compatibles con cada uno de los niveles.

Análisis de los factores de riesgo

Podemos entender como factores de riesgo, como los define la OMS [5], como los múltiples determinantes que minan los aspectos de la salud mental a nivel individual, social y estructural. Entre ellos podemos ubicar de forma más concreta el entorno social, nivel económico, entorno geopolítico, e incluso aspectos emocionales y genéticos del individuo. En el paciente que corresponde a la viñeta podemos reconocer los siguientes:

Factores de Riesgo				
Conductuales	Sociales	Familiares	Individuales	Relacionales
1. Consumo de Droga	1. Colegio que no exige mayor compromiso del estudiante al aprobarlo incondicionalmente	1. Falta de límites en casa	1. Falta de conciencia de enfermedad	1. Sobre exigencias de atención en casa
2. Robo y violencia	2. Incapacidad de permanecer en un empleo	2. Padre depresivo	2. Abuso de sustancias	2. Incapacidad de adaptarse a las circunstancias (gimnasio, trabajo)
3. Tráfico de sustancias y violencia que motivaron la expulsión de diversos colegios	3. Grupo de amigos focalizado en conductas delictivas y consumo de drogas	3. Madre diagnosticada con Trastorno límite de la personalidad	3. Diversos trastornos mentales	3. Imagen paterna devaluada
4. Destrucción del mobiliario de casa-Falta de control en los impulsos	4. Entorno violento	4. Antecedentes familiares patológicos	4. Dislexia no atendida en la infancia	4. Falta de remordimiento
5. Falta de respeto a la propiedad privada	5. Riesgo de ser encancelado	5. Madre sobreprotectora	5. Consumo de sustancias desde temprana edad	5. Consumo de sustancias asociado a conductas delictivas

Identificación de los factores protectores

Según la Organización Mundial de la Salud [5] define los factores protectores como atributos tanto sociales como personales emocionales que son generadores de interacciones positivas a distintos niveles como puede ser la familia, la escuela, un

empleo adecuado, entorno social favorable, cohesión social que promueven el bienestar y la resiliencia. En el caso analizado podemos detectar o inferir los siguientes

Factores Protectores				
Conductuales	Sociales	Familiares	Individuales	Relacionales
1. Práctica de deporte y ejercicio	1. Pertenencia a un colegio	1. Solicitud de los padres en cuanto a la atención psicológica	1. Adecuación a situaciones	1. Pertenencia a un grupo de amigos
2. Paulatina abstinencia a las sustancias adictivas	2. Apoyo de instituciones de salud	2. Madre en tratamiento psicológico	2. Cambios de actitud para evitar internamientos	2. Aceptación de la autoridad masculina
3. Integración al ámbito académico	3. Apoyo e intervención en caso necesario de la policía	3. Padre en tratamiento psicológico	3. Paulatino respeto a la figura paterna	3. Admiración hacia los padres por su capacidad adquirida a enfrentarse a él
4. Participación en el trabajo de grupo terapéutico	4. Riesgo a ser detenido por sus conductas agresivas y los delitos cometidos	4. Cercanía con la madre	4. Gradual disminución del consumo de alcohol y de sustancias	4. Disminución de la violencia familiar
5. Aceptación de la autoridad		5. Aceptación de la instalación de límites y normas en el entorno familiar	5. Cambio de la auto percepción	5. Aceptación del trabajo grupal

Estrategias para el abordaje de los factores de riesgo y de protección

En este apartado se revisarán diversas estrategias para abordar las distintas estrategias de abordaje tanto en los factores de riesgo así como de protección para los adolescentes [6].

En el caso de los factores protectores podemos encontrarlos a distintos niveles, a saber, en el individuo, en la familia, en el grupo y en la sociedad, mismos que a su vez se pueden dividir cada uno en factores protectores de amplio espectro y en factores protectores específicos. Este conjunto de aspectos apuntan a prevenir riesgos a la salud mental.

A nivel de lo familiar la implementación de escuela para padres puede ser una buena herramienta para crear consciencia de las necesidades del adolescente como también ser un espacio contenedor de las ansiedades paternas. Esto a su vez permite transmitir al adolescente una serie de aspectos cruciales como la apertura al diálogo, establecimiento de confianza y una serie de valores, lo que permitirá al adolescente sentirse con las herramientas necesarias para avanzar en la vida, sortear los avatares de los cambios propios de la edad, y generar mayor resiliencia.

En el campo escolar, la inclusión del deporte en la vida estudiantil, así como el acompañamiento empático pero con límites de la comunidad educativa se constituye como un aspecto crucial que puede servir de mecanismo para la identificación de problemas de salud mental así como la contención e intervención oportuna.

A nivel comunitario, un entorno social que brinde seguridad y perspectivas y objetivos de vida futura con oportunidades puede convertirse en un entorno que facilite que el adolescente esté expuesto a menores riesgos para su salud y que a su vez, en caso de que apareciera alguna situación indeseada se pueda contar con la accesibilidad a los sistemas de salud para la atención inmediata de su problemática,

En el caso de los factores de riesgo, estos los podemos ubicar en los mismos entornos, apareciendo incluso como un reflejo negativo de los factores protectores.

En el caso de la familia, si prevalece una crianza inadecuada, ya sea altamente restrictiva como permisiva, puede favorecer la aparición de ciertos rasgos de personalidad que acercarán al individuo a situaciones de riesgo. De igual forma, problemas familiares, violencia, falta de límites claros, permiten vulnerar al adolescente haciendo presa fácil para diversos trastornos o de situaciones generadoras de riesgo como el consumo de sustancias adictivas.

En el entorno escolar, a semejanza del familiar, al no existir los recursos necesarios para fomentar un clima adecuado para el estudiante, puede exponerlo a riesgos que de otro modo permanecerían lejanos. Ejemplo de ello, es el acceso a sustancias ilícitas.

En el aspecto de la comunidad, cuando el lazo social se ve amenazado, por la falta del estado de derecho, poco aprecio a las instituciones, carencia de seguridad, marginalidad, entre otros, los problemas de salud mental tendrán la oportunidad de aparecer al menor estímulo.

En conclusión, los factores de riesgos a la salud mental son una realidad a la que cualquier individuo puede enfrentarse, pero si se logra dar el giro y permitir la aparición de los factores protectores, se estará alcanzando un nivel mucho mayor de bienestar para cada uno de los individuos que conforman la sociedad.

Plan de acción

El trabajo interdisciplinario es necesario para conducir y llevar a buen término el proceso terapéutico en el caso de pacientes con problemas de adicción y que al tener la intervención con la familia mejora el pronóstico [4]. Como se sabe los factores de riesgo aparecen a varios niveles, lo mismo que los factores protectores pueden implementarse en las mismas áreas. A partir de mis estrategias de trabajo en las adicciones y con lo revisado en este trabajo y en el módulo, la manera de intervenir puede presentarse de esta manera:

Terapia Individual. El paciente adicto presenta generalmente comorbilidades que suman la adicción con algún otro trastorno, generalmente la depresión y el trastorno generalizado de ansiedad. Sin embargo, esto no es privativo de este trastorno sino que

pueden existir otros que son determinantes. A lo anterior se suman los conflictos no resueltos ya sea a nivel consciente o inconsciente. Una psicoterapia cognitivo conductual que podría tener una eficacia probada en el tratamiento de las adicciones, aunque hay que considerar que es común la poca falta adherencia al tratamiento. Ejemplo de lo anterior es que en promedio los pacientes asisten a tan solo once sesiones en los Centros de Integración Juvenil (Comunicación personal de Dr. Bruno Díaz, Director de enseñanza de CIJ, 2018). Una alternativa es la atención psicoanalítica que tiene un enfoque centrado en la exploración de las emociones y que permite la resolución de los conflictos y de la integración de toda la personalidad, aunque suele tomar un tiempo mayor para que el paciente reporte la desaparición de sus síntomas

Terapia familiar. El síntoma individual, suele tener como origen los conflictos familiares. Como bien se sabe, un nicho para los factores de riesgo, es el entorno familiar. Es por esto que será necesario que los cohabitantes del paciente puedan llevar sus propios procesos terapéuticos individuales o de forma conjunta en terapia familiar, para que de esta manera puedan dejar de promover dichos factores de riesgo y por el contrario, eventualmente puedan facilitar la aparición de factores protectores.

Terapia grupal. El grupo terapéutico permite contener y procesar los conflictos individuales. EL individuo puede lograr sentir empatía y comprensión con sus pares, además de que le permita empezar a desarrollar habilidades sociales y construir redes de apoyo, a las cuales recurrir en situaciones de vulnerabilidad.

Terapia psicofarmacológica. A nivel fisiológico los pacientes pueden presentar graves alteraciones, como pueden ser las redes neuronales, los neurotransmisores, las sinapsis, entre otras. La supresión de alguna sustancia adictiva genera en la mayoría de los casos el llamado síndrome de abstinencia. Este síndrome generaría un conjunto de síntomas que fácilmente podrían conducir al paciente a una recaída. La manera de evitarlo es un tratamiento médico que permita sustituir y regular la comunicación neuronal con lo cual se evitan los efectos nocivos de la abstinencia a la sustancia adictiva.

En la medida que se pueda implementar una intervención interdisciplinaria, aumenta un buen pronóstico sobre el padecimiento.

CONCLUSIÓN

La salud mental en la adolescencia es un aspecto de creciente preocupación en la sociedad actual, especialmente cuando los individuos se enfrentan problemas complejos como trastornos duales o con comorbilidades como el caso aquí revisado de un paciente con adicción al cannabis sumado a un posible TDAH y rasgos narcisistas, como principales trastornos y que se acompañan de actitudes delictivas, violencia, falta de límites, entre otros. Los factores protectores y de riesgo juegan un papel crucial en el desarrollo y el manejo del tratamiento y de las intervenciones terapéuticas. En este aspecto, es vital comprender cómo estos factores interactúan entre sí y cómo se pueden aplicar estrategias efectivas para mejorar los resultados en la salud mental de los adolescentes, particularmente en aquellos con entornos familiares complicados, con antecedentes familiares de trastornos mentales.

Los factores de riesgo son aquellos que aumentan la probabilidad de que un individuo desarrolle problemas de salud mental. En el caso de un adolescente con adicción al cannabis, posible TDAH, falta de límites sumado a varios factores de riesgo están presentes. La adicción al cannabis puede ser un mecanismo de afrontamiento ante el estrés, la ansiedad y la baja autoestima, factores comunes en adolescentes con problemáticas familiares.

En este caso específico, el entorno familiar también constituye un factor de riesgo significativo. La madre del paciente tiene TLP, una condición que puede implicar patrones de relación inestables y comportamientos impulsivos, lo que podría generar un ambiente caótico y estresante en el hogar. El padre, por su parte, sufre de depresión, lo que puede contribuir a una falta de apoyo emocional y estabilidad en el hogar. Ambos factores pueden exacerbar los problemas de salud mental del adolescente, aumentando su vulnerabilidad a la adicción.

Por otro lado, los factores protectores son aquellos que pueden ayudar a mitigar los efectos negativos de los factores de riesgo y promover la resiliencia. En el caso de este

adolescente, algunos factores protectores importantes podrían incluir un fuerte sistema de apoyo social, acceso a servicios de salud mental, y la participación en actividades extracurriculares que fomenten un sentido de logro y autoestima. Las relaciones positivas con amigos, mentores y otros adultos de confianza pueden proporcionar el apoyo emocional y la estabilidad que el adolescente necesita.

En el contexto de la salud mental, es fundamental considerar tanto los factores de riesgo como los factores protectores para desarrollar un plan de intervención integral y efectivo. En el caso de un adolescente con adicción al cannabis, con una madre con TLP y un padre con depresión, la situación es compleja y requiere un enfoque personalizado y multifacético. La colaboración entre profesionales de la salud mental, educadores, y la familia es crucial para proporcionar el apoyo necesario y mejorar los resultados a largo plazo.

De los elementos revisados en este módulo, tales como las lecturas, las clases y la investigación realizada para este proyecto integrador dejan como enseñanza la importancia de considerar diversos aspectos para atender la salud mental de los consultantes, así como las condiciones de su entorno, para diseñar programas de intervención específico para aumentar las posibilidades de éxito dentro de un tratamiento.

La comprensión y el abordaje de los factores de riesgo y protectores en la salud mental es esencial para el bienestar de los adolescentes, y de la población en general, que enfrentan desafíos significativos. Un enfoque multidisciplinario que incluya terapia individual, familiar, grupal y psicofarmacológica, junto con un fuerte sistema de apoyo social, puede marcar una diferencia significativa en la vida de estos jóvenes. La identificación temprana y la intervención adecuada pueden ayudar a mitigar los efectos negativos de los factores de riesgo y promover la resiliencia y el bienestar emocional en el adolescente, facilitando un camino hacia una vida más plena y satisfactoria.

BIBLIOGRAFÍA

- [1] PÉREZ, F. (2019). Factores de riesgo y de protección asociados al consumo de alcohol, tabaco y marihuana en estudiantes de séptimo a noveno grado en cinco centros educativos de la ciudad de San Salvador. *Crea Ciencia Revista Científica*. 12(1), 32-48.
- [2] LÓPEZ LARROSA, S., Y RODRÍGUEZ-ARIAS PALOMO, L. (2010). Factores de riesgo y de protección en el consumo de drogas en adolescentes y diferencias según edad y sexo. *Psicothema*. 22(4), 568-573.
- [3] ZAPATA, M., BETANCOURTH ZAMBRANO, S., Y GRZYWACZ, J. (2015). Risk and protective factors for lifetime marijuana use among Colombian emergent adults attending college. *ISSBD Bulletin*. 39, 5-9.
- [4] SANTAMARÍA, J., FOMPEROSA, I., ARGÜELLO, N., Y PORTILLO, C. (2009). Manejo multidisciplinario de los trastornos adictivos, a propósito de un caso. *Unidad de Trastornos Adictivos de Santander*. 11(1), 64-70.
- [5] WORLD HEALTH ORGANIZATION. (2024). Mental health: Strengthening our response. *Fact Sheets*. Consultado el 1 de junio de 2024.
- [6] ÁNGELES PÁRAMO, M. D. (2011). Factores de riesgo y factores de protección en la adolescencia: Análisis de contenido a través de grupos de discusión. *Terapia Psicológica*. 29(1), 85-95.