



## Silvia Libertad Vaca Gallegos

slvaca@utpl.edu.ec

Docente investigadora del Departamento de Psicología de la UTPL

José T. López  
perspectivas@utpl.edu.ec

# “Después de un desastre natural siempre se incrementan índices desfavorables en salud mental”

### BIOGRAFÍA

Docente titular de la Universidad Técnica Particular de Loja en Ecuador. Doctora Ph.D. en Psicopedagogía por la Universidad Nacional de Educación a Distancia de España (UNED). Magister en Desarrollo de la Inteligencia en la UTPL y Psicóloga Clínica Infantil, graduada en la Universidad del Azuay.

Directora del Departamento de Psicología y Docente-Investigador en la Sección de Psicología Clínica. Perteneció al Grupo de Investigación en Psicología Clínica y de la Salud de la UTPL y al Grupo de Orientación en el Ciclo Vital de la Vida (ORIENTAVI) en la UNED de España. Consultora con la Secretaría Nacional de Drogas del Ecuador e invitada a participar como conferencista sobre esta temática en diferentes universidades del país.

Los desastres naturales provocan alteraciones en salud de las personas, que no son perceptibles de modo inmediato ni a simple vista. Los expertos acuden a los informes de la literatura científica para indicar que, después de un desastre, siempre aumentan los índices desfavorables de salud mental. Es una preocupación más del equipo que dirige la profesora Silvia Vaca, integrado por personal de varios departamentos de la UTPL, profesores de las Universidades Pública de Navarra (España) y de Salamanca (España) y la Secretaría Técnica de Drogas para investigar la *Distribución Nacional del Consumo Problemático de Sustancias y otros Indicadores de Salud Mental en la Comunidad Universitaria*. El proyecto analiza el consumo y también indicadores de estrés psicológico, personalidad, apoyo social, estilos de afrontamiento, ansiedad y depresión, satisfacción laboral y vital en la comunidad universitaria del Ecuador, abarcando los estudiantes, docentes y personal administrativo.

### ¿Cómo están realizando su investigación?

La ejecución de esta investigación es relevante en nuestro contexto, considerando que la Organización Mundial de la Salud (OMS), define a la salud mental como “estado de bienestar en el que cada individuo es consciente de su potencial, puede responder apropiadamente a los estresores diarios de la vida, trabajar productiva y fructíferamente, y ser capaz de hacer una contribución a su comunidad”. En Ecuador, el Plan Nacional de Salud Mental y la Secretaría Nacional de Drogas consideran prioritaria esta temática, con el fin de conocer factores de riesgo y protección, que permitirán realizar políticas de salud más específicas”. A la investigación se han adherido la Técnica Equinoccial, la Católica Santiago de Guayaquil, Politécnica Nacional, la Estatal Amazónica, la Politécnica Salesiana, la Universidad del Azuay, la de Cuenca, la Laica Eloy Alfaro de Manabí, la Técnica del Norte, la Internacional del Ecuador y la Universidad Católica del Ecuador-Sede Santo Domingo. Para desarrollarla realizamos una encuesta *on-line* en la que, al momento de ingresar, se despliega el consentimiento informado garantizando la participación voluntaria y el anonimato de los datos ingresados. Al finalizar la encuesta, se generará un informe individual para cada participante, el cual puede descargarse en formato pdf.

### ¿Qué nos desvelará el informe colectivo final?

Hemos evidenciado la necesidad de alertar a la sociedad sobre los daños que provoca el consumo de sustancias psicotrópicas y los cambios físicos y mentales que estas pueden producir. A

“Investigamos la distribución de consumo de drogas, estrés psicológico, personalidad, apoyo social, estilos de afrontamiento, ansiedad y depresión, satisfacción laboral y vital en la comunidad universitaria del Ecuador”

través de los resultados, se pretende elaborar planes de intervención para alcanzar estilos de vida saludables, así como la planeación, organización, ejecución, control y evaluación de todas aquellas actividades tendientes a preservar, mantener y mejorar la salud individual y colectiva para prevenir y reducir en la comunidad universitaria el consumo de sustancias y las enfermedades mentales.

### ¿Por qué estudiar a los universitarios?

Los reportes de la literatura científica nos dicen que, en los primeros años, en la Universidad puede existir un mayor consumo. Las universidades podríamos trabajar en planes y programas para ayudar al que se inserta a la vida universitaria a evitar esta situación.

### Evitar el consumo y lo que de él deriva

Sí, la preocupación no es solamente por el consumo de drogas, sino por esos otros factores de riesgo relacionados con él, como accidentes de tráfico, conflictos personales, mal rendimiento académico, etcétera. Obviamente el consumo también lo estamos trabajando con indicadores de salud mental. Queremos saber cuáles serían los factores asociados, de forma que se puedan obtener modelos que de alguna forma expliquen y puedan predecir de cierta manera cuáles serían las poblaciones que estarían sujetas o con mayores probabilidades de riesgo.

### ¿Cómo lo trabajan?

Atendemos al tipo de personalidad, a la capacidad de resiliencia, a indicadores del afrontamiento o cómo la persona puede manejar la solución de problemas, cuál es su estado de ánimo, e incluso también indicadores de estilo de vida, horas de comida, horas de sueño... Todo eso realmente permite tener una panorámica más amplia y completa para poder identificar estos factores y su aplicabilidad en las universidades, donde podemos trabajar en programas de prevención, que de hecho está contemplado en la Ley de Educación Superior.

### ¿Trabajan sobre los consumidores o en identificar a jóvenes en riesgo de iniciarse?

Se actúa de ambas formas porque, por un lado, nosotros identificamos a las poblaciones que no consumen, que también es interesante porque justamente todos los factores asociados a las poblaciones que no consumen nos permiten identificar buenas prácticas a nivel social, personal y de salud. Pero, por otro lado, también atendemos a la población que consume y tratamos de saber si es un consumo leve, moderado o problemático.

### ¿Cuál es la situación general en Ecuador?

Bueno, eso lo vamos a obtener con los datos, todavía no tenemos el análisis. En general, tenemos que los índices de consumo no son tan altos en relación al resto de los países. Incluso con el alcohol. La OMS tiene un mapa del mundo donde se reflejan los índices de consumo de alcohol relacionados, por ejemplo, con la renta per cápita de cada país, y el nuestro no es de los más altos. El alcohol es una droga lícita cuyo consumo está muy relacionado con parte de nuestra cultura o de nuestros hábitos sociales, lo cual justamente se convierte en un mayor problema en el momento en que las personas tienen que reconocer que consumen algún tipo de droga.

### Además de alcohol, ¿qué otras drogas preocupan? ¿heroína, cocaína?

Este tema es un poco delicado...Tenemos datos públicos de la Secretaría Nacional de Drogas sobre consumo de alcohol o de cigarrillos de marihuana. Se puede comprobar que el consumo mayor en el país es de alcohol, seguido de cigarrillo y después marihuana, pero

obviamente la cocaína también ocupa un lugar importante y la heroína en los adolescentes se ha convertido en un problema sobre todo en la zona de la costa que es donde se han incautado mayores cantidades y donde se han reportado mayores dificultades en jóvenes. Nosotros estamos evaluando específicamente el alcohol con pruebas estandarizadas, como la AUDIT, referenciada por la OMS pero también tratamos de identificar otras drogas como cocaína, heroína, marihuana. Solicitamos que marquen si consumen o no y la frecuencia, para determinar tipo de consumidor y si hay adicción.

### ¿Esperan respuestas sinceras?

Yo creo que sí. No es tan sencillo en nuestro país que la gente hable sobre este tema porque existen todavía muchos prejuicios sobre el tema del consumo. Trabajamos con el anonimato y basándonos en preguntas hechas para poder validar la información. Además, existen pruebas clínicas como análisis de sangre o cabello, no las hemos hecho por ahora.

### El país se recupera del temblor, ¿se prevé aumento del consumo en la zona?

Es un asunto delicado de evaluar, pero los informes generales indican que después de los desastres naturales siempre aumenta el consumo de sustancias y que se incrementan los índices desfavorables en salud mental, incluso el estrés postraumático que en las nuevas etapas de las zonas afectadas y durante el periodo de reconstrucción hace que la gente viva en condiciones totalmente diferentes. Esta es una etapa de vulnerabilidad psicológica, incluso diría que es una etapa en la que la población está más expuesta a que su salud integral se vea afectada.

### ¿Y qué se debe hacer?

La lección para todos es que hay que atender a necesidades materiales y también a estos problemas que no se ven a simple vista, pero que son tan importantes para recuperar el bienestar de todo el mundo. Hay que insistir en la necesidad de asumir el problema porque no solo se trata de cómo salir de él. El conflicto vive con nosotros y el tema es saber enfrentar situaciones con dificultades, aprender a convivir con ellas y, por supuesto, aprender a superarlas.

