



**UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR  
DIRECCIÓN DE COMUNICACIÓN  
BOLETÍN DE PRENSA Nº 035  
09 de febrero de 2021**

## **Webinar sobre Habilidades para el Afrontamiento Asertivo frente al consumo de drogas**

Dentro del proyecto comunitario de la Facultad de Ciencias Psicológicas y la Dirección de Bienestar Universitario, "Escucharnos Primero", se desarrolló el primer Webinar sobre Habilidades para el Afrontamiento asertivo frente al consumo problemático de drogas, con la participación de dos especialistas que abordaron la dependencia y adicción desde una visión integral.

Alexandra Fuertes centró su intervención en la importancia de mantener una salud mental, es decir que una persona pueda experimentar el bienestar subjetivo, tener autonomía y las habilidades necesarias para alcanzar un desarrollo integral, afrontando eficazmente situaciones críticas y de adversidad consigo mismo y con el entorno. Este estado permite a la persona superar cualquier tipo de adicción. Fuertes destacó que la prevención del consumo de drogas implica no solo a quienes están inmersos en esta problemática, sino a la familia, sociedad y al estado a través de la creación de políticas públicas.

Alexandra Fuertes definió a la adicción como una relación que se establece con un objeto, una conducta o con una relación interpersonal. Inicia con la sensación de placer, pero poco a poco quita control y genera dependencia. Además, explicó sobre la dopamina, inmersa en la motivación y el aprendizaje, pero también en el consumo de drogas al aumentar los niveles de esta molécula. Finalmente la expositora recalcó en la importancia de generar procesos de psicoeducación, una cultura de salud mental, y el desarrollo de la resiliencia.

Andrés García se refirió al proceso de consumo de sustancias psicoactivas, con etapas de experimentación, uso, abuso, y drogodependencia, ésta última catalogada como una enfermedad crónica, es decir no tiene cura, pero sí un tratamiento continuo. Dijo que existen cuatro tipos de consumidores: experimentador, usador, compulsivo y abusador, el especialista recalcó que, cuando se inicia en el consumo de droga, poco a poco aumenta el patrón.

García abordó acerca de los factores de riesgo para desarrollar adicciones en el consumo de drogas como son aspectos biológicos, psicológicos, familiares, escolares, y socioculturales, sin embargo muchos de esos mismos factores pueden convertirse en protectores para respaldar y afrontar los problemas de consumo de drogas.

La campaña "Escucharnos Primero" es un espacio de escucha activa para aclarar dudas en temática de consumo del alcohol, drogas y manejo de depresión y ansiedad y otros problemas de salud mental que puede aquejar a la sociedad ecuatoriana en el contexto actual. Para ampliar estos temas se encuentra habilitado el blog: <https://unisaludable2021.blogspot.com/>

**AC**