

El secreto de Islandia para que sus jóvenes dejaran de beber alcohol y de fumar

Islandia no siempre fue un modelo de juventud sana.

Imagínate un país donde beber alcohol dejó de estar de moda entre los adolescentes y donde encontrar a un joven que fume tabaco o que consuma cannabis se convirtió en algo excepcional.



▪ [El secreto de Islandia, el mejor país del mundo para ser mujer](#)

Las cifras sobre consumo de sustancias adictivas entre adolescentes dibujan un paisaje casi ideal en el país nórdico, donde apenas el **5% de los jóvenes entre 14 y 16 asegura haber tomado alcohol** durante el mes anterior.

De la misma forma, **solamente un 3% dice fumar tabaco a diario y un 7% haber consumido hachís** al menos una vez en los últimos 30 días.

Mientras, la media europea es de 47%, 13% y 7% respectivamente.

Y en América Latina, según datos de UNICEF, el 35% de los jóvenes de entre 13 y 15 años dice haber tomado alcohol en el último mes y aproximadamente el 17% fuma a diario.

Islandia, sin embargo, no siempre fue un modelo a seguir. Hace menos de 20 años, a **finales de los 90, era uno de los estados europeos con mayor incidencia del consumo de alcohol y tabaco entre los jóvenes.**

¿Cómo logró transformar los hábitos de sus adolescentes este territorio de poco más de 300.000 habitantes?

Las razones del éxito islandés hay que buscarlas en el programa *Youth in Iceland* (**Juventud en Islandia**), puesto en marcha en 1998, con el objetivo de reducir el consumo de sustancias adictivas entre la juventud.



Youth in Iceland, Juventud en Islandia, está detrás del éxito en la reducción del consumo de sustancias adictivas entre la juventud.

▪ [¿Por qué Islandia prohibió la cerveza hasta 1989?](#)

Investigación y encuestas

La **investigación continua** de los hábitos y preocupaciones de los adolescentes es uno de los pilares del proyecto.

"Si fueras el director de una compañía farmacéutica, no lanzarías un nuevo analgésico al mercado sin haber hecho una investigación previa", le dice a BBC Mundo Jón Sígfusson, director del Centro Islandés para la Investigación y el Análisis Social, responsable de *Youth in Iceland*.



La investigación de los hábitos y preocupaciones de los adolescentes es parte fundamental del proyecto.

"Y lo mismo con cualquier sector, desde la agricultura hasta las infraestructuras. ¿Por qué no va a ser así cuando se trata de niños?", pregunta, retóricamente.

"A menudo se actúa en función de impresiones. Y esto es muy peligroso. Hay que tener información sobre las comunidades que sea fiable y a partir de ahí se pueden tomar decisiones", explica Sígfusson.

www.psicoadolescencia.com.ar

Para ello, Youth in Iceland realiza un mapeo cada dos años de la población adolescente a través de encuestas en las que participan todas las escuelas del país.

Entre otras variables, se recogen datos sobre el sexo de los adolescentes, sus pautas de consumo, las características de los hogares, el absentismo escolar y sus problemas emocionales.



Las políticas Youth in Iceland están basadas en investigación.

Con estos elementos se elaboran informes específicos para cada distrito y para cada escuela.

"Hacemos la recopilación de datos y dos meses después, las escuelas disponen de los resultados nuevos. Este tipo de información es como las verduras. Tiene que ser fresca para poder continuar y adaptar tus medidas", señala el experto.

Responsabilidad de los adultos

El paso siguiente es analizar esos informes a nivel local en un trabajo conjunto con las escuelas, las comunidades y los municipios, que **identifican los principales factores de riesgo y de protección frente al consumo de alcohol y drogas.**

A partir de ahí se piensa en cómo fortalecer los segundos y debilitar los primeros.



Los padres son un importante factor preventivo para sus hijos.

www.psicoadolescencia.com.ar

"Nada sucedió de un día para otro. Pero fue posible actuar porque los datos nos enseñaban, por ejemplo, **la gran importancia de los factores parentales**", indica Sígfusson.

"Eso nos mostró la necesidad de informar a los padres y explicarles que ellos son el principal factor preventivo para sus hijos: pasar tiempo con ellos, apoyarlos, controlarlos y vigilarlos", explica.

Según el director de **Youth in Iceland**, antes de que este enfoque se empezara a aplicar, una de las principales medidas preventivas que se desarrollaba era enseñar a los niños los efectos negativos del uso de drogas.

Sin embargo, esa acción por sí sola no funcionaba, así que cambiaron el enfoque de forma drástica.

"Los responsables no son los niños, sino nosotros, los adultos. Debemos crear un entorno donde se encuentren bien y tengan la opción de llenar su tiempo con cosas actividades positivas. Esto hará que sea menos probable que empiecen a consumir sustancias", afirma.



Islandi

a incrementó los fondos destinados a las actividades deportivas de los adolescentes.

Los estudios mostraron que *la mayor participación en actividades extraescolares y el aumento del tiempo pasado con los padres disminuían el riesgo de consumir alcohol y otras sustancias.*

Como respuesta, Islandia incrementó los fondos destinados a la oferta de actividades para adolescentes, como deportes, música, teatro y danza.

Y desde 2002, se prohibió que, salvo excepciones, los niños menores de 12 años y los adolescentes de 13 a 16 años anden solos por la calle después de las ocho y las diez de la noche respectivamente.

Proyecto internacional

Los resultados obtenidos por Islandia llevaron a la creación en 2006 del programa **Youth in Europe**, cuyo fin es extender la metodología del país nórdico a otros lugares del continente.

En apenas diez años, **más de 30 municipios europeos se sumaron al proyecto**. "Nunca trabajamos con países enteros porque, por un lado es muy difícil tener el apoyo de gobierno nacionales, y, sobre todo, porque este **es un trabajo que se debe desarrollar a nivel local**", afirma Sígfussen, quien también dirige el proyecto europeo.

Bajo coordinación de Reikiavik, todas las localidades participantes llevan a cabo las mismas encuestas, lo cual permite el conocimiento de los hábitos de los adolescentes y los factores de riesgo y protección en cada lugar.

"Esta metodología es participativa, comunitaria y se hace de abajo arriba basada en una evidencia científica. Es lo que nosotros intentamos emular del modelo de Islandia", apunta Patricia Ros, directora del Servicio de Prevención de las Adicciones del ayuntamiento de **Tarragona, que desde 2015 participa en Youth in Europe**.

Esta ciudad catalana es **el único municipio español que se unió al programa**. Con más de 130.000 habitantes, también es el de mayor población.

Más de 2.500 jóvenes respondieron a los cuestionarios y se recogieron datos en todos los centros de enseñanza secundaria del municipio.

"Son cosas tan de cajón que todo el mundo dice: ¡Claro! El deporte, por ejemplo. **Cualquier niño de 5 años entiende que quien hace deporte se droga menos**. Pero lo que no entiende nadie es que cuando el niño pasa a secundaria, al menos en Tarragona, ya no tiene actividades extraescolares", asegura Ros.

"Entonces, claro que es el deporte. Pero hemos de ponerlo al alcance de la mayoría de estos adolescentes que acaban las clases y no tienen muchos recursos de ocio y tiempo libre", añade.



A muchos niños se les dificulta seguir practicando deporte al pasar a secundaria.

Como en el caso islandés, las medidas que se tomen tras el análisis de los datos dependerán de cada momento y de cada barrio.

De esta manera, **cada municipio participante adopta la metodología islandesa para buscar sus propias respuestas**.

www.psicoadolescencia.com.ar

"Por supuesto, las culturas son diferentes. No podemos decir que lo que funciona en Islandia vaya a funcionar en otros lugares", reconoce Sigfusson.

"Pero si estuviéramos en un municipio, digamos en América Latina, y trabajáramos con gente de allí que conoce cómo funciona su sistema, el primer paso sería la realización de un mapeo a nivel de comunidades locales para ver cómo es la situación. Y partir de ahí localizaríamos los factores preventivos y avanzaríamos", explica.

"Algunos me dicen que es un enfoque casi naif porque es muy lógico. Pero es así", concluye Sigfusson.

Pablo Esparza

Especial para BBC Mundo 13 febrero 2017

<http://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-38932226>