

APS, COSAM y Medicina del Estilo de Vida: claves en la lucha contra las drogas



Dr. Andrés Glasinovic Peña

Médico familiar, miembro de la Sociedad Chilena de Medicina del Estilo de Vida (Sochimev), docente de la Facultad de Medicina Universidad de los Andes

El 26 de junio, Día Internacional contra el Abuso de Drogas, nos recuerda la urgencia de abordar este problema desde una mirada integral. Como médico familiar enfocado en Medicina del Estilo de Vida, veo el consumo de drogas no como un acto aislado, sino como el reflejo de múltiples factores: determinantes sociales, hábitos poco saludables y contextos familiares y comunitarios vulnerables.

Según la USPSTF (Grupo de Trabajo en Servicios Preventivos de EE.UU.), el consumo indebido incluye drogas ilegales como la marihuana o cocaína, mal uso de fármacos como opioides o benzodiazepinas, e incluso la inhalación de sustancias tóxicas.

En Chile, SENDA reportó en 2022 que la marihuana es la sustancia ilegal de mayor consumo, con una prevalencia del 11% entre los 12 y 65 años. Las consecuencias no son menores: sobredosis, trastornos mentales, violencia, aislamiento social.

La USPSTF, principal referente mundial en prevención, recomienda desde 2020 realizar tamizajes sistemáticos de consumo de drogas en adultos durante controles preventivos en Atención Primaria de Salud (APS). Esta simple pregunta —“¿Ha consumido drogas en el último año?”— puede abrir la puerta a una intervención oportuna, pero no basta con detectar: se requiere actuar.

Los equipos de salud deben estar capacitados para intervenir. Herramientas como la consejería breve,

entrevista motivacional, las 5A o el coaching en salud son fundamentales. Aquí, la Medicina del Estilo de Vida entrega formación basada en evidencia, centrada en evitar sustancias tóxicas y fomentar hábitos saludables.

En Chile, los COSAM (Centros Comunitarios de Salud Mental Familiar) cumplen un rol clave. Con equipos multidisciplinarios, ofrecen tratamiento psicoterapéutico y farmacológico, además de apoyo social. Su labor permite que la atención primaria no sea una estación final, sino un canal de derivación efectiva.

Pese a esto, el Examen de Medicina Preventiva del Adulto (EMPA) aún no incluye preguntas de tamizaje para drogas, lo que contradice las recomendaciones internacionales. Además, muchos equipos de salud no reciben suficiente formación en este tema, y los COSAM enfrentan una demanda que supera su capacidad.

Es hora de dejar de ver el abuso de drogas como un fracaso moral. Es un problema de salud pública que puede prevenirse con educación, detectarse con una pregunta y tratarse con enfoque profesional. Para que el tamizaje tenga impacto, debe existir una red de atención continua. Invertir en APS y COSAM no es solo eficiente: es justo.

Por eso, hago un llamado a incluir preguntas de tamizaje en el EMPA, a que las universidades fortalezcan la formación en Medicina del Estilo de Vida, y a que la ciudadanía exija políticas públicas basadas en evidencia, con atención oportuna, digna y sin prejuicios.