

El Sentido de la Vida como Factor Preventivo ante el Consumo Problemático

Estudiante: Leonessi Diego

Legajo:28241

Director: Torrijo Silvana

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Lic. en Psicología.

2024

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra:

Desde la fecha [si]

Dentro de los 6 meses posteriores a su aceptación []

Otro plazo mayor detallar/justificar:

Lugar y fecha: San Miguel. 2-12-2024

Firma y aclaración del autor:



Diego Leonessi

Índice

El Sentido de la Vida como factor preventivo ante el consumo problemático.

1. Resumen	5
2. Introducción	6
2.1 Delimitación del objeto de estudio	6
2.2 Planteo del problema.....	7
2.3 Justificación... ..	8
2.4 Objetivos.....	9
2.5 Hipótesis	10
3. Estado del arte	11
4. Marco Teórico...	19
4.1 Existencialismo... ..	19
4.2 Logoterapia	21
4.3 Sentido de la vida.....	23
4.4 Vacío Existencial	25
4.5 Psicoterapia Existencial.....	26
4.6 Análisis Existencial	27
4.7 Consumo Problemático... ..	29

4.8 Tipos de consumo...	30
4.9 Consumo en la sociedad de hoy	31
4.10 Uso, abuso y adicción.....	32
4.11 Marco normativo en Argentina sobre el consumo de sustancia.....	34
4.12 Sentido de la vida y consumo problemático.....	35
4.13 Prevención.....	39
4.14 Test de Sentido de Vida (PIL).....	41
4.15 Plan de Intervención.....	43
4.16 El caso del Centro de Encuentros Convivir.....	44
5. Método...	46
6. Resultados	47
7. Síntesis y conclusiones.....	49
8. Aportes y contribuciones de la investigación.....	51
9. Limitaciones de la investigación.....	52
10. Líneas de investigación futuras	52
11. Referencias.....	54
12. Anexos	63

El Sentido de la Vida como factor preventivo ante el consumo problemático.

1. Resumen

Este trabajo se centra en explorar la relación entre el sentido de la vida y el consumo problemático. El sentido de la vida se refiere a la percepción individual de un propósito significativo y dirección en la existencia. Por otro lado, el consumo problemático abarca diversos comportamientos adictivos, como el abuso de sustancias hasta las conductas compulsivas, que afectan negativamente la salud y el bienestar de las personas.

Se revisaron 57 textos que abordan las variables sentido de la vida y consumo problemático. La búsqueda se ha llevado a cabo en bases de datos como: Scielo, Redalyc, Dialnet y Google Scholar. El idioma de los textos es el español. Se espera que la revisión bibliográfica demuestre que el sentido de la vida es un factor preventivo al consumo problemático y, por ende, la falta del sentido de la vida es un factor de riesgo para dicha problemática. Así también, las personas en tratamiento por consumo problemático responden mejor al mismo cuando perciben que su vida tiene un sentido.

Palabras Clave

Sentido de la vida, Consumo problemático, Prevención, Logoterapia, Análisis Existencial, Vacío Existencial.

2. Introducción

2.1 Delimitación del objeto de estudio

El presente trabajo se enfoca en analizar y contrastar diversas fuentes bibliográficas con el propósito de explorar la relación entre el sentido de la vida y el consumo problemático.

El sentido de la vida, un concepto profundamente arraigado en la experiencia humana, ha sido objeto de reflexión, exploración y estudio durante siglos. La búsqueda de un propósito, un significado trascendental o una dirección en la existencia es inherente a la condición humana y ha inspirado a filósofos, psicólogos, teólogos y pensadores de diversas disciplinas.

El fundador de la Logoterapia, Viktor Frankl (1994), señala que no existe una definición abstracta del sentido de la vida, sino que esta búsqueda es de carácter individual. Cada persona forja su propio significado y propósito. Esta perspectiva sostiene la idea de que el sentido de la vida es subjetivo y personal, y puede evolucionar a lo largo del tiempo. Además, resalta la importancia de reconocer que lo que da significado a la vida de una persona puede diferir significativamente de lo que motiva a otra.

Martínez et al. (2012), tal como fue citado por Magán (2018) aborda el concepto del sentido de la vida desde un enfoque tridimensional que abarca diversas dimensiones fundamentales. En primer lugar, se destaca la dimensión relacionada con la capacidad individual para establecer metas vitales, que se refiere a los proyectos personales que una persona puede tener para su futuro. En segundo lugar, se considera la dimensión de la sensación de logro, que se vincula con la percepción de haber alcanzado metas o logros significativos en la vida, generando así una sensación de realización personal. Por último, se

explora la dimensión de la satisfacción con la vida, que se concentra en la evaluación afectiva de sentirse bien con la propia existencia. Esta dimensión abarca el componente hedónico o de disfrute, donde el individuo experimenta una percepción de bienestar y satisfacción en su vida en general.

La adicción al alcohol u otras sustancias, como lo define la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1994), implica el consumo repetido de una o más sustancias psicoactivas, llegando al punto en el que la persona se intoxica de manera periódica o constante. Este patrón se caracteriza por un deseo compulsivo e incontrolable de consumir estas sustancias, la persona experimenta una gran dificultad para detener o cambiar voluntariamente su consumo. En Argentina la ley 26.934 de 2014 habla de consumo problemático cuando este afecta de manera negativa la salud física, psicológica y las relaciones sociales de una persona.

2.2 Planteo del problema

El sentido de la vida y el consumo problemático son dos constructos psicológicos que han recibido una atención creciente en la literatura científica, sin embargo, su interacción y las implicaciones de la misma aún no se han investigado exhaustivamente. El sentido de la vida se refiere a la percepción individual de que la vida tiene un propósito y significado, mientras que el consumo problemático abarca conductas adictivas que pueden tener efectos perjudiciales en la salud de las personas.

La relación entre el sentido de la vida y el consumo problemático es de gran relevancia tanto en el ámbito de la psicología como en el de la salud pública. Comprender cómo el encuentro del sentido de la vida puede influir en la recuperación y el tratamiento de adicciones es fundamental para mejorar las intervenciones clínicas y promover el bienestar

psicológico. Como señala Zambrano (2016) la ausencia de sentido, influye a la hora de desarrollar el consumo problemático. Así como el encuentro del sentido ayuda a contrarrestar el vacío existencial.

Según Font et al. (2017), la logoterapia ofrece una perspectiva valiosa para prevenir el consumo problemático de sustancias. Si bien factores externos como el entorno familiar y social influyen en el desarrollo de adicciones, la responsabilidad individual y la búsqueda de sentido son elementos clave en la prevención. Al promover la asunción de responsabilidades y el desarrollo de un propósito de vida, la logoterapia estimula a las personas para hacer frente a los desafíos y construir una vida más saludable y satisfactoria.

La pregunta que dio origen a este trabajo es:

¿Cuál es la percepción del sentido de la vida percibido en un individuo en consumo problemático y/o en el tratamiento del mismo, según la literatura científica?

2.3 Justificación.

Esta revisión bibliográfica es esencial dado que proporcionará una comprensión más profunda de cómo el sentido de la vida puede desempeñar un papel crucial en la prevención y el tratamiento del consumo problemático. Además, permitirá identificar áreas donde la investigación es limitada, lo que podría contribuir a futuros estudios y prácticas de intervención psicológica más efectivas. El consumo problemático de sustancias es un desafío de salud pública global que afecta a individuos de todos los grupos demográficos. Su complejidad y prevalencia exigen una revisión exhaustiva de la literatura para identificar los determinantes subyacentes y las estrategias de prevención y tratamiento más efectivas.

En la sociedad contemporánea, se observa un aumento en la sensación de falta de sentido en la vida de muchas personas. Esta crisis existencial puede ser un factor de riesgo para el consumo problemático, ya que algunas personas recurren a sustancias para mitigar su vacío emocional. Tanto el consumo problemático como la carencia de sentido en la vida tienen un impacto profundo en la calidad de vida de las personas. Comprender cómo estas dos variables se entrelazan y se afectan mutuamente es esencial para mejorar el bienestar emocional, psicológico y social de las personas afectadas.

La investigación en torno al consumo problemático y el sentido de la vida es un campo en constante evolución. Nuevos estudios y enfoques teóricos emergen con regularidad, lo que hace imperativo llevar a cabo una revisión bibliográfica actualizada y exhaustiva para capturar los desarrollos más recientes y proporcionar una base sólida de conocimiento.

Los hallazgos de esta revisión bibliográfica pueden traducirse en implicaciones prácticas sustanciales. Ofrecerán una base sólida para diseñar programas de prevención y tratamiento más eficaces, así como para guiar a profesionales de la salud mental y adicciones en sus prácticas y enfoques terapéuticos.

2.4 Objetivos.

- Objetivo general
 - Analizar la importancia del encuentro del sentido de vida como forma preventiva del consumo problemático a través de la literatura científica.
- Objetivos específicos

- Examinar los factores de riesgo y protección asociados al sentido de la vida y al consumo problemático.
- Investigar sobre la eficacia de las intervenciones orientadas a fortalecer el sentido de la vida como estrategia para prevenir y reducir el consumo problemático.

2.5 Hipótesis

La hipótesis que motivó esta investigación fue que encontrar un sentido de la vida puede contribuir a evitar el consumo problemático y ayudar al tratamiento y recuperación de personas con dicho tipo de consumo.

3. Estado del Arte

El interés por comprender los factores psicológicos que subyacen al consumo problemático ha llevado a numerosos investigadores a explorar el papel del sentido de vida. En este contexto, se toma la investigación realizada por Magan (2018) en un centro de rehabilitación y una escuela en Lima, Perú. La investigación se centró en identificar los propósitos de vida en adolescentes masculinos (100) ubicados en un colegio estatal de Lima y en el Centro de Rehabilitación y Diagnóstico "ex Maranguita". La muestra estuvo compuesta por 50 adolescentes de 16 años en adelante en cada una de estas instituciones. Para llevar a cabo este análisis, se empleó el "Test Sentido de Vida o Propósito" – PIL desarrollado por Crumbaugh y Maholick en 1964.

El diseño del estudio fue de naturaleza descriptiva comparativa. Los resultados revelaron diferencias estadísticamente significativas en el componente del "Sentido Hedónico de la Vida" al comparar los puntajes obtenidos por ambos grupos de adolescentes. Sin embargo, no se identifican diferencias estadísticamente significativas entre los grupos en lo que respecta a los factores de "Establecer Metas" y "Sensación de Logro". A pesar de esto, se observó una ligera disparidad en los propósitos de vida de los adolescentes ubicados en el Centro de Rehabilitación y Diagnóstico "ex Maranguita" en comparación con los adolescentes de la Institución Educativa Estatal.

En su tesis de maestría realizada en Chile, Camus Chavez (2019) efectuó un trabajo sobre el consumo problemático de alcohol desde un abordaje clínico existencialista. La investigación usó el diseño Emergente para la recolección y análisis de datos de la misma. Este diseño se basa en la Teoría Fundamentada. El método empleado en este estudio consistió en la realización de entrevistas individuales. Estas entrevistas se consideran de

importancia para la investigación, ya que permitieron profundizar en los temas específicos definidos para el estudio. Además, se buscó una comprensión más detallada de los procesos relacionados con la reducción de daños en individuos con problemas de consumo, ahondando en sus motivaciones, conflictos y desafíos personales en relación con este proceso.

Las entrevistas se llevaron a cabo utilizando una estructura semiestructurada y se caracterizaron por su naturaleza abierta, evitando en la medida de lo posible direccionar las respuestas de los participantes. Se obtuvo el consentimiento informado de los participantes antes de las entrevistas, y se registraron utilizando un grabador. Posteriormente, cada entrevista fue transcrita individualmente y sometida a un proceso de análisis mediante codificación abierta. La muestra que se utilizó para esta investigación correspondió a ocho hombres, mayores de dieciocho años, y que llevaban un tiempo corto, mediano, y/o largo en proceso de reducción de daños por consumo problemático de alcohol; todos pertenecientes a un centro de tratamiento ambulatorio con enfoque de reducción de daños de fundación Paréntesis, Hogar de Cristo.

Los resultados de este estudio indicaron que las preocupaciones existenciales se manifiestan de manera dual en las personas con problemas de consumo de alcohol. Esta dualidad se refleja en la percepción ambivalente del consumo de alcohol en cada una de las dimensiones analizadas. Por ejemplo, el alcohol se percibe como algo divertido, pero al mismo tiempo se reconoce su capacidad dañina y su asociación con enfermedades. Se considera un agente relajante, aunque también puede utilizarse para evitar enfrentar responsabilidades. Se percibe como un medio para sobrellevar el vacío existencial, pero al mismo tiempo puede desencadenar episodios de falta de sentido en la vida.

El trabajo realizado en Ecuador por Moncayo (2020) tuvo como objetivo evaluar la eficacia de herramientas didácticas, como la construcción de modelos tridimensionales y actividades de dibujo y escritura basadas en la Logoterapia, para promover el encuentro del sentido de vida en personas con problemas de consumo de sustancias, como complemento al tratamiento institucional. La población seleccionada fueron 5 participantes con consumo problemático en la Institución Clínica de Neurociencias de la ciudad de Quito. En la muestra se integran personas de género femenino y masculino de 16 a 58 años de edad. Se llevaron a cabo cinco talleres con cinco voluntarios ingresados en una Clínica de Neurociencias debido a su consumo problemático de sustancias. Esta investigación utilizó una metodología cualitativa con un enfoque hipotético-deductivo.

Los resultados del mismo indicaron que las personas con problemas de consumo de sustancias a menudo carecen de un propósito de vida claro. Sin embargo, demuestra tener esperanza en el proceso de internamiento. Además, encontró que los talleres centrados en temas relacionados con el consumo problemático y el sentido de la vida pueden mejorar la adherencia al tratamiento.

La investigación realizada en México por Angulo et al (2021) refiere sobre el sentido de la vida, la autoestima y la adicción a internet. El diseño de este estudio se caracterizó por ser descriptivo y correlacional. En este sentido, se procedió a la descripción de la autoestima, la adicción a Internet y el sentido de la vida en una muestra de adolescentes mexicanos, además de explorar las relaciones existentes entre estas variables. Asimismo, se examinaron posibles efectos mediadores y moderadores en el contexto de esta investigación. La muestra estuvo conformada por 238 participantes (55% hombres) entre 11 y 20 años de edad que

cursan el nivel de educación básico y medio superior en una escuela pública del Puerto de Veracruz.

De acuerdo con los hallazgos de este estudio, se llegó a la conclusión de que la adicción a Internet es un fenómeno que se manifiesta con mayor frecuencia en la población adolescente. Este incremento en la adicción puede estar relacionado con la cantidad de tiempo libre que disponen los adolescentes o, en algunos casos, la falta de supervisión de los padres. A partir de los resultados obtenidos, se pudo afirmar que la autoestima juega un papel importante en la reducción de la adicción a Internet. Además, se identificó que el sentido de la vida funciona como un mediador en la relación entre estas variables, lo que significa que potencia la influencia de la autoestima en la problemática de las adicciones.

El trabajo realizado en Perú por Luna et al (2021) se centró en determinar el efecto de la logoterapia sobre el sentido de vida en internos de una Comunidad Terapéutica en el distrito de Reque. El estudio fue del tipo experimental. La población total fue 13 internos de sexo masculino entre edades de 18 y 50 años, distribuidos en un solo grupo. Para la medición del experimento se utilizó el Test psicológico: Propósito Vital de Crumbaugh y Maholick que mide el grado de intensidad del sentido de la vida.

Los resultados obtenidos muestran un impacto significativo de la logoterapia en el sentido de vida. Antes de implementar el programa de logoterapia, se observó que el vacío existencial predominaba en un 61%, mientras que después de la intervención, esta cifra se redujo al 8%. En lo que respecta a la categoría de rango no decisivo, esta representaba el 31% antes de la logoterapia y aumentó al 61% tras la aplicación del programa. Por último, la presencia de sentido de vida, que inicialmente era del 8%, incrementó al 31% después de la intervención de la logoterapia.

La investigación realizada en Colombia por Castrillón Ortiz (2021) se enfocó en describir cómo un grupo de personas en tratamiento por adicciones encuentran un nuevo propósito a través de su proceso de recuperación. Dicha investigación tuvo un enfoque cualitativo, el tipo de investigación que realizó es descriptivo y el diseño se caracteriza por ser un estudio de caso. Los sujetos que participaron de esta investigación fueron seis personas con adicción a sustancias psicoactivas en recuperación, integrantes de una Corporación Privada, de la ciudad de Medellín, con 6 meses mínimo en rehabilitación y son personas de ambos sexos. La recolección de la información se realizó a través de entrevistas semiestructuradas.

Los resultados de esta investigación señalan que la espiritualidad es de suma importancia para que los pacientes construyan su sentido de la vida, buscar cambiar su situación actual de consumo y poder lograr un periodo de abstinencia. Cuando se habla de espiritualidad no solo se hace referencia a lo religioso, sino a dinámicas referenciales que permita a los pacientes poder buscar la trascendencia y el sentido de la vida. Por otro lado, también se obtuvo como resultado que cuando el sujeto llega a un deterioro por el consumo problemático, es muy difícil pensar en un sentido de la vida. Sin embargo, las intervenciones como las reuniones grupales, el acompañamiento psicológico y el acercamiento espiritual ayudan a construir el sentido de la vida en el proceso de rehabilitación.

El trabajo realizado en Perú por Bustamante Bustamante y Carrillo Chu (2021), se enfocó en la relación entre el sentido de la vida y la ideación suicida en consumidores de sustancias psicoactivas. Esta tiene un enfoque instrumental y psicométrico, adaptando y evaluando las propiedades psicométricas del Test de sentido de vida (PIL) y la Escala de ideación suicida (SSI), adaptados para la población estudiada. Se utilizó un diseño de

investigación transversal, observando las variables en su contexto natural sin manipulación experimental. La muestra estuvo conformada por 151 hombres de 18 a 62 años (promedio de 23 años) de dos centros de rehabilitación en Lima, Perú, con historial de consumo de sustancias.

Los resultados obtenidos revelan una fuerte correlación negativa entre el sentido de vida y la ideación suicida en la población de hombres consumidores de sustancias psicoactivas. Esto significa que a medida que disminuye el sentido de propósito en la vida, aumenta la probabilidad de experimentar pensamientos suicidas. Estos hallazgos corroboran la hipótesis inicial y destacan la importancia del sentido de vida como factor protector frente a la ideación suicida en este grupo poblacional.

El estudio de Asid et al. (2023) realizado en Argentina, tuvo como objetivo central determinar el nivel de satisfacción de las motivaciones fundamentales (Confianza Fundamental, Valor Fundamental, Autoestima y Sentido de Vida), en la población mendocina con consumo problemático. Este trabajo adopta un enfoque cuantitativo, ya que su objetivo es identificar los patrones de comportamiento dentro de la muestra seleccionada. Se trata de una investigación descriptiva, enfocada en especificar las propiedades y características clave del fenómeno en análisis. La muestra intencional incluyó a 98 personas, mayores de 18 años, que reciben atención primaria por problemas relacionados con el consumo de sustancias psicoactivas en instituciones de salud públicas y privadas de la Provincia de Mendoza. Del total de participantes, 64 se identificaron como hombres (65%) y 34 como mujeres (35%). La edad promedio de los participantes fue de 31 años, con un rango de edad entre 21 y 50 años. Se administró el Test de las Motivaciones Existenciales

(TME), construido en Austria, por Alfried Längle y Petra Eckhardt, la versión final fue elaborada en el año 2000.

Los resultados obtenidos muestran que se encontró un alto porcentaje de participantes que presentan afectadas las cuatro motivaciones fundamentales. En los participantes la principal afección se dio en el ámbito del sentido de la vida (Cuarta Motivación Fundamental). Según este estudio los distintos tipos de consumo problemático presentan una característica en común, provocar en la persona una existencia vacía de sentido.

Muñoz Figueroa (2023) realizó una investigación en Colombia sobre el uso adictivo del celular y su relación con el sentido de vida, bienestar psicológico y autorregulación. Dicha investigación es de naturaleza cuantitativa, descriptiva y no experimental. Este estudio, contó con una muestra de 276 estudiantes universitarios, los cuales 77,5% representa género, femenino y 20,7 masculino. 83% fueron estudiantes colombianos, 10,9% cubanos y 6,2 mexicanos, el rango de edad se encuentra entre los 17 y 60 años de los cuales el 67,6 Solo estudia y el 38,4 estudia y trabaja. Se utilizó un formulario el cual contenía preguntas de las siguientes pruebas: el Test de Dependencia al Teléfono Móvil, Brief (TDMB), test de sentido en la vida (Gottfried, 2016), Cuestionario de Autorregulación (CAR) y la Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff (Díaz et al., 2006).

Los resultados obtenidos muestran que la relación entre el uso del celular y el sentido de vida, el bienestar subjetivo y la autorregulación son como un factor protector, ya que tienen una correlación inversa con variables como la abstinencia, el abuso, la tolerancia y la pérdida de control. Dicho de otro modo, sugiere que niveles más altos de sentido de vida, bienestar subjetivo y autorregulación ayudan a reducir el riesgo de desarrollar conductas perjudiciales relacionadas con el uso excesivo del celular.

En su tesis de Maestría realizada en Guatemala, De la Roca Álvarez, (2024) tuvo como objetivo evaluar si la atribución de un nuevo sentido a la vida se relaciona con una recuperación exitosa en personas con trastornos por uso de sustancias. Esta investigación se realizó de manera cualitativa fenomenológica, se seleccionó personas pertenecientes a grupos de autoayuda y con un mínimo de 3 años de abstinencia. Los rangos de edad van desde los 22 hasta los 85 años. El tiempo de abstinencia también varía, en este caso, de los 3 hasta los 40 meses. El instrumento utilizado fue una entrevista estructurada.

Como conclusiones de su investigación arribó a que hay tres aspectos de la vida de los participantes que logran darles equilibrio y orden, estos son: la identificación de un poder superior, sus familias y su grupo de autoayuda. Los participantes coincidieron que estos eran sus pilares, es decir, su sentido de la vida. El autor afirma que es necesario crear programas de autoayuda que ponga que tenga como objetivo la construcción de un sentido de la vida, ya que, esto es beneficioso para el mantenimiento del tratamiento y la abstinencia del consumo.

4. Marco Teórico

4.1 Existencialismo

El Existencialismo es una corriente filosófica que nace durante el siglo XIX. La existencia humana, la libertad y el sentido de la vida son algunas de las cuestiones que se analizan desde esta línea de pensamiento (Valle, 2015). Dentro del existencialismo se encuentran distintos autores que tienen diversas posturas sobre estos temas. Para enriquecer este trabajo, se presentarán las principales definiciones sobre el sentido de la vida, según los principales exponentes de la filosofía existencialista.

Nietzsche (2021) señala que la voluntad es la verdadera esencia de la realidad, la cual está en permanente cambio. La realidad es lo que está por acontecer, son los cambios y esta voluntad rechaza todo lo que es externo de su propio devenir. La voluntad es libre y absoluta a la que Nietzsche llama ‘voluntad de poder’, esta es vital para el ser humano y logra desarrollar todo su potencial. (Nietzsche, 2021).

El sentido de la vida para Nietzsche (2011) es la propia voluntad, la posibilidad de todo ser humano de ser libre y responsable de sus propios actos. Por eso afirma que “Dios ha muerto” y señala que el ser humano debe transformarse en un “superhombre”, sin las ataduras de la religión y de esta manera poder alcanzar todo su potencial, poder manifestar su voluntad y tener una vida en total libertad y con sentido.

Por otro lado, Heidegger (2022) define la libertad como la capacidad del ser humano para elegir entre las diversas posibilidades que le ofrece el mundo. Para él, el hombre es una manifestación de la libertad, porque es esta capacidad de decidir y asumir la responsabilidad de sus acciones lo que lo define como ser humano. La libertad, se entiende como liberación,

es decir, la ausencia de restricciones o prohibiciones, pero también, la libertad implica la capacidad de comprometerse con algo más allá de las cosas materiales. Según Heidegger (2022), la libertad es la base de la relación del ser humano con su existencia.

Para Heidegger (2022), la búsqueda de la libertad y la relación del hombre con su esencia son claves para encontrar el sentido de la vida. Este sentido se encuentra en el núcleo más profundo y complejo del ser humano, y solo se puede descubrir mediante una conexión con su propia interioridad. Al reconocer su finitud, el ser humano puede resistir o cuestionar la superficialidad de la vida cotidiana y comenzar a buscar un sentido que le permita superar la angustia existencial. Heidegger afirma que, cuando el ser humano cuestiona críticamente su existencia, lo primero que encuentra con certeza es su pura interioridad (Heidegger,2022).

A su vez, Sartre (2018) afirma que, en el ser humano, ‘la existencia precede a la esencia’, esto significa que el hombre existe primero y luego se define en el mundo. El ser humano empieza su existencia siendo nada. Sólo será después, una vez que empieza a vivir. La esencia, eso que hace que el ser humano sea lo que es y no otra cosa, será una construcción en base a las acciones (Sartre, 2018). De este modo el hombre es responsable de lo que es, es responsable de su propia existencia. Se podría sintetizar estas ideas con la frase “el hombre está condenado a ser libre”, es decir, el hombre está condenado porque no se crea a si mismo, pero es libre ya que una vez que existe es responsable de lo que le suceda (Sartre, 2018).

Para Sartre (2018), la vida en una primera instancia no tiene sentido. El sentido de la vida va a estar ligado al conjunto de valores y las decisiones que tome la persona. De esta manera, el sentido de la vida se relaciona con el proyecto que pueda tener cada sujeto y las acciones que realiza para lograr esos proyectos.

4.2 Logoterapia

Viktor Frankl (1905-1997) fue un neurólogo y psiquiatra austriaco creador de la Logoterapia. Él vivió en carne propia una de las grandes tragedias del siglo XX, el Holocausto. En plena Segunda Guerra Mundial fue prisionero en un campo de concentración donde pudo observar y vivir las mayores miserias del ser humano. Esta experiencia tan traumática lo llevo a reflexionar sobre la vida de los prisioneros en los campos de concentración. Frankl (1994) pudo observar que aquellos prisioneros que perdían la fe en el futuro, indefectiblemente morían ya que se negaban a comer o ser atendidos por los médicos. Es en este contexto que Frankl sostiene que la búsqueda de sentido es fundamental para la supervivencia humana.

En los campos de concentración, el sentido de la vida no estaba ligado a la creación de algo importante, sino el sentido se relaciona con la vida, el sufrimiento, la muerte y también, en el amor. Este se podía manifestar en la entrega de un trozo de pan a un compañero o en el pensamiento sobre su esposa (Frankl, 1994). Además, afirma que cuando un hombre descubre que su destino es sufrir, como por ejemplo ante una situación límite, al aceptarlo otorga que su vida sea única e irrepetible. Es la actitud del ser humano frente a distintas circunstancias, como el sufrimiento, lo que permite conseguir un logro significativo.

También sostiene esta postura Jaspers (1967), al observar que el sufrimiento es una constante en la vida humana, una situación límite que todos enfrentamos. Este dolor, que puede surgir de diversas fuentes, nos impulsa a buscar un sentido más profundo. Al confrontar el sufrimiento, podemos descubrir nuestra verdadera identidad y reorientar nuestra vida hacia un propósito más auténtico.

Logoterapia es el nombre que decidió poner Viktor Frankl a su teoría y método terapéutico. El término “logos” es de origen griego y significa razón, discurso, conocimiento. Para la logoterapia, la palabra logos está relacionada con el sentido. La búsqueda del sentido, es para esta teoría, la motivación fundamental de todo ser humano. Frankl (2009) señala que la existencia humana solo es auténtica cuando se vive en términos de la autotrascendencia, es decir, entendida como la dirección y orientación fuera de sí, esto puede referir a un sentido que el ser humano realiza o el encuentro con otro ser humano (Langle,2015)

Además, Noblejas de la Flor (1994) señala que la logoterapia es una psicoterapia orientada hacia el sentido, es decir, una intervención que busca asistir a la persona en sufrimiento para que recupere su capacidad de reconocer las múltiples oportunidades que su vida le ofrece. Por su parte, Avellar et al. (2017) sostienen que la logoterapia puede entenderse como un enfoque terapéutico basado en una filosofía existencial. También señalan que este modelo psicoterapéutico se estructura en torno a tres pilares principales: la libertad de voluntad, la voluntad de encontrar un sentido y el significado de la vida misma. Frankl (2022) afirma que esta psicoterapia considera al ser humano como un ser en busca del sentido y este se esfuerza y lucha para conseguirlo.

Para Losada y Miller Franca (2021) la logoterapia genera en el ser humano esperanza y optimismo, y evidencia la capacidad de las personas para lograr la autotrascendencia y el autodistanciamiento, de esta manera poder sortear las dificultades propias de su existencia. Esto permite un cambio en sí mismo, al convertirse en un sujeto independiente y crítico.

4.3 Sentido de la vida

El sentido de la vida es el pilar central de la Logoterapia. Frankl (1994) afirma que el sentido de la vida difiere de una persona a otra, de un momento a otro, por eso es imposible pensar el sentido de la vida como un concepto acabado. Ningún ser humano puede compararse con otro, cada persona puede descubrir su sentido de la vida que será diferente del de otra persona. Por esto afirma que el sentido de la vida es contextual, encontrándose en cada situación particular que enfrentamos. Según la Logoterapia la existencia del ser humano está relacionada con su capacidad para dar respuesta a las demandas que la vida le plantea en diversas situaciones. Frankl (1994) señala que el sentido de la vida debe buscarse en el mundo y no dentro del propio ser humano. Para él, el ser humano debe dirigirse hacia algo o alguien diferente a uno mismo, cuanto más logra olvidarse de sí mismo, más humano se vuelve y puede mejorar sus capacidades.

De acuerdo con Frankl (1983), el ser humano se caracteriza por tener una dimensión espiritual, la cual le otorga dignidad y la capacidad de tomar decisiones sobre el sentido de su vida. El hombre está motivado por una voluntad de encontrar propósito. Esto es para el autor la “voluntad de sentido”. En su interior, la persona alberga un contenido inconsciente, donde se encuentran las bases de su espiritualidad.

Además, Frankl (1994) menciona que el ser humano es un ser dinámico debido a su capacidad para tomar distancia de sí mismo. Esta habilidad de autodistanciamiento le permite al individuo encontrar un propósito más allá de su existencia inmediata y temporal, de encontrar un sentido de la vida. La persona solo puede ser plenamente comprendida cuando trasciende su propia realidad, ya que es precisamente esa trascendencia la que le otorga su verdadera identidad al ser consciente de sus acciones y decisiones (Frankl, 1994).

Para Frankl (2018) la vida nunca deja de ofrecernos un sentido, hasta en el último minuto de la existencia humana. De ésta manera afirma que la vida puede tener un sentido hasta en las peores circunstancias. Hasta en el sufrimiento (como estar preso en un campo de concentración) puede encontrarse un sentido, y este es el mayor ejemplo de que la vida, pese a cualquier circunstancia, siempre puede tener un sentido (Frankl, 2018).

Por otro lado, la logoterapia hace mucho énfasis en que el sentido se logra cuando se encarnan distintos valores. Como señala Torrijo (2013) la logoterapia distingue tres categorías de valores que confieren sentido a la existencia: los creativos, los vivenciales y los actitudinales. Los primeros se manifiestan en nuestras acciones cotidianas, otorgando sentido al trabajo. Los vivenciales se despliegan en el encuentro con el otro, permitiendo encontrar sentido del amor y, en las situaciones límites, encontrar sentido al sufrimiento. Finalmente, los valores actitudinales se revelan en situaciones límite, proporcionando significado al sufrimiento.

Siguiendo con esto, Fernández (2013) señala que, en los momentos más difíciles, el sentido de la vida se convierte en una fuente de esperanza. El sentido actúa como una meta que aún no se ha alcanzado, pero que ya está presente en el aquí y ahora, motivando a las personas a seguir adelante en su día a día. Esta perspectiva ayuda a las personas a enfrentar las adversidades al tener algo por lo cual luchar en el futuro, lo que impulsa su existencia cotidiana.

Por otro lado, Noblejas de la Flor (2018) señala que la logoterapia se basa en la pregunta constante del ser humano por el sentido de su vida y la búsqueda de dicho sentido. También afirma que esta búsqueda pone cara a cara al sujeto consigo mismo al enfrentarse a las diversas situaciones de la vida. Es de esta manera que el ser humano, al descubrir su

sentido de la vida, puede alcanzar la felicidad y también soportar los periodos de sufrimiento propios de la vida, ya que ese descubrimiento enriquece su existencia (Lukas, 2005).

4.4 Vacío Existencial

Durante el siglo XX la humanidad se vio afectada por diversos conflictos bélicos, avances tecnológicos y nuevas formas de pensar las relaciones sociales. También, la cultura occidental se fue transformando, cambiando la cosmovisión de las personas. Es en este contexto que Frankl (1994) observa que en la sociedad moderna las tradiciones se perdieron, y estas cumplían la función de guiar a la conducta humana. Además, señala que está perdida hace que las personas no sepan cómo comportarse. También, afirma que el individuo contemporáneo carece de una brújula interna que lo guíe en la toma de decisiones.

Sin una identidad sólida y sin tradiciones arraigadas, el ser humano se encuentra a merced de las influencias externas, conformándose a las expectativas de los demás o sometándose a mandatos autoritarios. Ante esto, surge una sensación de vacío interior, una sensación desagradable que Frankl (1994) llama vacío existencial. Cuando se experimenta el vacío existencial, es como si se navegara a la deriva en un mar sin rumbo. Sin un objetivo claro, nuestra vida se vuelve carente de significado y dirección.

El hombre moderno, con mayor tiempo libre debido a las modificaciones en el mundo laboral, se vuelve un ser aburrido que no sabe qué hacer con ese tiempo. Frankl (1994) menciona que los días domingos (donde generalmente el trabajador está de franco) las personas tienen sentimientos de depresión por no poder soportar su propia intimidad sin de sentido. La "neurosis del domingo" es un ejemplo clásico de este fenómeno: al tener más tiempo libre, el ser humano se enfrenta a la angustia de no saber qué hacer con su vida. Para

evitar confrontar este vacío, a menudo busca refugio en distracciones constantes, como el trabajo excesivo, la búsqueda de compañía constante, el afán de riqueza o el deseo de experiencias placenteras, pero estas estrategias solo ofrecen un alivio temporal.

4.5 Psicoterapia Existencial

Continuando con el desarrollo del concepto sentido de la vida, Yalom (1984) señala que esté, junto con la muerte, la libertad y el aislamiento, es una de las cuatro preocupaciones existenciales del ser humano. A la hora de hablar del sentido afirma que el ser humano sin un significado puede terminar con su vida, de ahí la importancia del mismo. Como se fue desarrollando con anterioridad el sentido de la vida es personal, Yalom (1984) propone diversas actividades que brindan al ser humano un sentido de propósito de vida:

- Altruismo: este se entiende como la posibilidad de hacer un mundo mejor, realizar tareas para otro y participar en obras de beneficencia. Según su experiencia psicoterapéutica, pacientes terminales con un sentido pleno transitan mejor sus últimos momentos de vida (Yalom, 1984). El pensamiento de que es bueno ayudar a los demás, serles de utilidad y mejorar nuestra realidad, constituye una gran fuente de significado.
- La consagración a una causa: existen muchos tipos de causas (pueden ser la familia, la política, la religión, etc.) lo importante es que esta deber brindar sentido de la vida a las personas. Esto se logra cuando el ser humano se pone bajo una causa que pueda elevarlo por encima de sus potencialidades.
- La creatividad: la falta de sentido puede ser contrarrestada con la creación de algo nuevo, original y bello. La creación tiene su propio valor y responde de manera implícita a la pregunta del "¿para qué?", ya que su propia existencia es suficiente

justificación. Es valioso y apropiado que se generen situaciones nuevas, y es igualmente importante que una persona se dedique a su propio proceso creativo. Para Yalom (1984) todo acto puede ser creativo si este proceso ayuda a conocerse a uno mismo.

- La solución hedonista: este enfoque plantea la capacidad de vivir con plenitud, tener la capacidad de maravillarse del mundo y lograr el placer en el significado más profundo del mismo. También, se entiende que el placer en sí mismo es un motivo suficiente de la conducta humana.
- La autorrealización: otra fuente de sentido personal proviene de la convicción de que los seres humanos deben esforzarse por alcanzar su realización plena, dedicándose a desarrollar y aplicar todas sus capacidades y talentos potenciales.

Además, Yalom (1984) sostiene que una vida sin sentido hace que la persona deje de importarse, es decir, que se aparte de su propia existencia y las cosas dejen de importarle o les parezcan insignificantes. Para este autor, se debe trabajar en psicoterapia con las otras tres preocupaciones esenciales (muerte, libertad y aislamiento) ya que muchas veces la “falta de sentido” deriva de ellas. Para Yalom (1984) la respuesta a la falta de sentido es el compromiso, es decir, el comprometerse plenamente con cualquier aspecto de la vida del ser humano, esto contrarrestará la falta de sentido de la vida y producirá una existencia más gratificante.

4.6 Análisis Existencial

Maturana Silva (2018) afirma que mientras la Logoterapia es la concepción psicológica y la obra de Frankl, el análisis existencial es el desarrollo teórico posterior desarrollado principalmente por Alfred Längle. También caracteriza al Análisis Existencial

con tres motivaciones fundamentales: poder ser, gustar de la vida y permitirse ser uno mismo. La cuarta motivación existencial es el descubrimiento de sentido, este descubrimiento está ligado a trascender a uno mismo y dedicarse a una tarea en el mundo.

Para Längle, (2016) el descubrimiento del sentido siempre está orientado hacia el mundo externo. Este se produce cuando se percibe una coherencia espontánea entre la persona (basada en las tres motivaciones personales) y la cuarta motivación fundamental, que corresponde al conjunto de significados que el mundo ofrece.

El sentido hace referencia a un contexto más amplio en el cual uno debe reconocerse como parte y con el cual se está comprometido a través de las propias acciones. Este campo de acción revela que el mundo ofrece diversas posibilidades, y que las decisiones se enmarcan en un horizonte mayor, propio de nuestra existencia en el mundo (Längle, 2016). Retomando los postulados realizados por Frankl (1997) sobre los valores, Längle (2016) señala que para encontrar el sentido es necesario poder trabajar con ellos, estos son los valores de actitud, valores experienciales y valores creativos. La persona queda frente a estos valores y se esfuerza para poder realizarlos, de esta manera se llega a una relación entre lo que se quiere hacer y lo que finalmente se concreta.

Según Längle (2009) para descubrir el sentido de la vida no solo se trata de lo que la persona puede esperar de la vida, sino que hay que poner el énfasis en lo que la vida quiere de uno, de lo que se puede hacer por uno mismo y por los demás. Es así como el ser humano puede estar en actitud de apertura y de esta manera descubrir el sentido y alcanzar una existencia en plenitud.

4.7 Consumo Problemático

A través de la historia el ser humano utilizó diversas sustancias psicoactivas de origen natural. Inicialmente, su uso se enmarcó en contextos culturales y espirituales, donde estas sustancias eran consideradas herramientas para conectar con lo divino, sanar enfermedades o celebrar rituales. La comunidad las aceptaba y un miembro de ella era el encargado de su utilización. Es pertinente preguntarnos ¿cuándo el consumo de sustancias se convirtió en una problemática social? Graciela Touzé (2006) refiere que en la segunda mitad del siglo XIX el uso de drogas comenzó a ser visto por los distintos estados, como un problema a resolver y los consumidores como anormales. Podemos señalar entonces que el consumo problemático es propio de la sociedad moderna.

Según el DSM-5 (2014), para diagnosticar el trastorno por consumo de sustancias debe cumplirse dos criterios de los siguientes, durante 12 meses:

- Uso peligroso.
- Problemas sociales o interpersonales relacionados con el consumo.
- Incumplimiento de los principales roles por su consumo.
- Síndrome de abstinencia (también para el cannabis).
- Tolerancia, uso de mayor cantidad de sustancia o más tiempo.
- Intentos repetidos de dejarlo o controlar el consumo.
- Emplear más tiempo en actividades relacionadas con el consumo.
- Tener problemas físicos o psicológicos relacionados con el consumo.
- Dejar de hacer otras actividades debido al consumo.

Siguiendo estos criterios, podemos afirmar que se habla de consumo problemático cuando la relación entre el sujeto que consume con aquello que consume afecta diversas esferas de su vida cotidiana.

Como señalan Camarotti y Kornblit (2015) cuando se habla de consumo hay que tener en cuenta tres elementos: sustancias, individuo y contexto. También afirman que lo determinante no es el producto (la sustancia), sino la relación entre ese producto y el sujeto. Por esto, es pertinente pensar las distintas formas del consumo (frecuencia y cantidades) y el significado que la persona le da al consumo. No todo consumo es problemático, sino que lo es cuando en esta interacción se ve afectada significativamente su vida, Touze (2010) observa que los aspectos que determinan el tipo de interacción entre el sujeto y lo que consume es la salud física o mental; las relaciones sociales tanto primarias como secundarias y sus relaciones con la autoridad y la ley.

4.8 Tipos de consumo

Siguiendo al DSM-5 (2014), se puede hablar de un consumo problemático relacionado al consumo de alguna sustancia como el alcohol o la cocaína. Depende de las características propias del sujeto y la sustancia o sustancias que consume se puede hablar de un consumo leve, moderado o severo. Esta clasificación se basa en la cantidad de criterios del DSM V. Pero también se puede hablar de un consumo problemático ligado a comportamientos. Un ejemplo de esto es el juego, ya que personas se ven afectadas por un impulso que no pueden evitar y necesitan realizar. Aquí no hay una sustancia que genere este impulso, pero tiene la misma consecuencia para la persona.

Riva-Posse (2016) señala que más allá de los factores genéticos y culturales que pueden influir a la hora de pensar en un consumo problemático, también se debe mencionar que el sujeto se adhiere a ese objeto de consumo, porque no pudo hacerlo a otra cosa, de esta manera, el autor observa un consumidor solitario, de frágiles lazos sociales y casi sin vínculos. La persona termina aislándose y perdiendo vínculos, donde las pocas relaciones sociales que le quedan, están relacionadas a la sustancia o conducta problemática.

4.9 Consumo en la sociedad de hoy

Es importante poder pensar el consumo problemático enmarcado en una sociedad de consumo. Según Bauman (2007) vivimos en una sociedad que busca constantemente la satisfacción de deseos que la misma sociedad crea y sostiene en el tiempo. Para el sociólogo, la sociedad de consumo permite la inclusión social. Podemos pensar entonces que el consumo problemático muchas veces está ligado al “pertenecer”, “ser parte” de un grupo de referencia, este sigue la misma lógica en la que funciona la sociedad de consumo, es decir, de la manera en que nos relacionamos, los valores que tienen las personas, la necesidad de satisfacer los deseos lo más rápido posible, etc.

Además, la sociedad de consumo, nos presenta un mundo donde los objetos adquieren un valor simbólico y donde el consumo se convierte en una forma de comunicación y de relación social. Esta lógica consumista, al prometer la felicidad como un producto que se puede adquirir, oculta la complejidad de las relaciones sociales y reduce la felicidad a una mera transacción comercial. En este sentido, la sociedad moderna crea una ilusión de bienestar que puede ser difícil de alcanzar y mantener, generando en muchos individuos una sensación de insatisfacción o vacío.

La sociedad actual marca que los ciudadanos se transformaron en consumidores, Benedetti (2015) afirma que existe una fragmentación de los vínculos sociales y una masificación de objetos para consumir. Y, siguiendo este pensamiento, el objeto de consumo es un objeto más del mercado como cualquier otro. Es en este tipo de relación que la sociedad moderna genera las condiciones para que el consumo sea el norte a seguir, en este contexto, el consumo problemático se presenta con mayor frecuencia.

Además, Acevedo (1996) señala que en este tipo de sociedad existe en las personas un pensamiento “no transformador”, que no busca el cambio, sino que existe una alienación ideológica y un individualismo que entiende que el confort se relaciona con la calidad de vida. También, observa que los bienes materiales dejan a un segundo plano los valores espirituales como el sentido de la vida.

4.10 Uso, abuso y adicción

Es fundamental reconocer que las personas pueden establecer diferentes tipos de relaciones con las sustancias, que se pueden clasificar en uso, abuso y adicción (Sedronar 2023). El uso se refiere a un consumo ocasional y aislado, como beber una copa de vino, sin que esto tenga un impacto significativo en la vida del individuo. Este patrón incluye el consumo experimental, donde la sustancia se utiliza de manera esporádica.

Por otro lado, el abuso implica un aumento tanto en la frecuencia como en la cantidad de la sustancia consumida, cumpliendo una función específica para el usuario, como mejorar su estado de ánimo o facilitar la interacción social. Un ejemplo de abuso sería el consumo de alcohol para afrontar situaciones estresantes o mejorar la socialización.

Finalmente, la adicción se caracteriza por una dependencia extrema, donde el consumo de la sustancia se convierte en el eje central de la vida de la persona. En este estado, la persona puede experimentar una pérdida del control sobre su consumo, a pesar de reconocer las consecuencias negativas en su salud, responsabilidades y relaciones interpersonales. La vida del individuo se organiza en torno a la búsqueda y el consumo de la sustancia, lo que a menudo se realiza no solo por el placer, sino también para mitigar el malestar físico y psicológico causado por la ausencia de la misma.

Es crucial distinguir entre el abuso y la adicción como formas de consumo problemático, y reflexionar sobre situaciones en las que el consumo puede tornarse perjudicial. Además, el consumo problemático no se relaciona con la cantidad y la frecuencia, sino, como señala Touzé (2015) la clave es entender que motiva al consumo y el contexto en el que el sujeto está inmerso.

Para determinar si el consumo de una sustancia es problemático, lo esencial es evaluar el tipo de vínculo que la persona establece con dicha sustancia. Esta valoración debe considerar la posición de la persona en relación con su clase social, edad, entorno territorial y demás variables que componen su contexto. Es fundamental tener en cuenta la trayectoria vital de la persona al hacer este juicio. Además, es necesario cuestionar los prejuicios y teorías que, sin evidencia científica suficiente, sostienen la idea de que el consumo de sustancias sigue un curso patológico, progresivo e irreversible, así como la imagen de una "carrera de consumo" lineal y siempre ascendente hacia sustancias de mayor riesgo, como si se tratara de un "viaje de ida". Esta concepción no refleja la realidad de las trayectorias de consumo de sustancias, que suelen ser diversas, complejas y fluctuantes (Pawlowicz, 2015).

La estigmatización vinculada al consumo de drogas se agrava particularmente cuando afecta a personas en situaciones de mayor vulnerabilidad social, como los pobres, las mujeres y los niños en condiciones de riesgo. Pawlowicz (2015) señala que estas personas, debido a su posición social subordinada, enfrentan mayores dificultades para acceder a las instituciones que podrían ofrecerles apoyo, lo que agrava el consumo problemático de drogas al vincularse con problemas estructurales de integración social.

4.11 Marco normativo en Argentina sobre el consumo de sustancias

En los últimos 50 años, en nuestro país se han promulgado diversas leyes en torno al consumo de drogas, entendiendo que el Estado debía intervenir con leyes y políticas públicas para abordar esta problemática. A continuación, se describirán las normativas que continúan vigentes:

- Ley Penal de Tenencia y Tráfico de Estupefacientes N° 23737 (1989): Esta legislación sanciona la posesión de drogas para consumo personal, contemplando la posibilidad de privación de la libertad. Esta privación puede ser aplicada a través de medidas obligatorias de carácter educativo y terapéutico para quienes incumplan la norma. La vigencia actual de esta ley ofrece al consumidor la opción entre una condena carcelaria o el cumplimiento de una medida educativa o de tratamiento, sin considerar de manera exhaustiva la relación particular del individuo con la sustancia, es decir, si su consumo es problemático.
- Fallo Arriola. Suprema Corte de Justicia (2009): Tras este fallo, se establece la inconstitucionalidad de la penalización por la posesión de drogas para consumo personal, argumentando que dicha sanción entra en conflicto con lo dispuesto en el artículo N° 19 de la Constitución Nacional Argentina.

- Ley Nacional de Salud Mental N° 26657 (2010): Desde que entra en vigencia esta ley, se tiene otra concepción de los sujetos y las adicciones. Esta última deben ser abordadas dentro de las políticas públicas relacionadas a la salud mental. Además, la ley dice que las personas con problemas de consumo tienen todos derechos y garantías en relación a la utilización de los servicios de salud. Esta ley se basa en el reconocimiento de la capacidad de todas las personas, afirmando que el acceso a la salud es un derecho fundamental. Establece que aquellos con problemas de salud mental son ciudadanos con los mismos derechos que cualquier otro, y por lo tanto, deben ser tratados con respeto e igualdad. Asimismo, la ley aborda aspectos relacionados con los derechos, garantías y el tipo de tratamiento o acompañamiento que deben recibir estos individuos, siempre en función de sus necesidades específicas.
- Ley Plan Integral de Abordaje de los Consumos Problemáticos “Plan IACOP” N°26934 (2014): Esta ley incorpora el concepto de consumo problemático, entendiendo que más allá de una adicción se puede tener problemas en diversas áreas de la vida. Esta ley indica la necesidad de poder brindar dispositivos de salud para tratar a los sujetos con este tipo de consumo.

4.12 Sentido de la vida y consumo problemático.

El consumo problemático de sustancias se presenta como un fenómeno complejo, influido por diversas causas y determinantes. Esto implica que no hay una conexión directa entre el individuo que consume y la sustancia en sí, sino que se debe considerar el contexto en el que se desarrolla, el cual aporta características y significados particulares a esta relación. Esta relación entre la persona, el objeto de consumo y su contexto determina que un consumo sea problemático (Sedronar, 2014).

Según el Ministerio de Educación de la Provincia de Neuquén (2015) el concepto de factor de riesgo se refiere a cualquier rasgo o característica, ya sea del individuo, de la comunidad o del entorno, que incrementa la probabilidad de experimentar algún tipo de padecimiento. En este sentido, se relaciona con las vulnerabilidades que pueden influir en el bienestar de una persona. Por otro lado, los factores protectores se describen como elementos presentes en la comunidad, en el entorno y en el individuo que promueven un desarrollo integral. Estos factores son capaces de ayudar a las personas a enfrentar situaciones adversas, constituyendo fortalezas o competencias que pueden mitigar los efectos negativos del entorno (Ministerio de Educación de la Provincia de Neuquén, 2015). Entre estos, los factores de riesgo individuales se refieren a las características internas del sujeto, incluyendo su personalidad, la baja autoestima, conflictos de valores y actitudes impulsivas y agresivas, lo que lo convierte en un individuo único (Laespada et al., 2004).

La Logoterapia creada por Frankl y el posterior Análisis Existencial de Längle tienen diversas diferencias que por cuestiones prácticas no serán desarrolladas en esta investigación. Sin embargo, ambas teorías se centran en la importancia del sentido. Estas teorías se pueden pensar como una opción viable a la hora de tratar a los pacientes con consumo problemático ya que encontrar un sentido de la vida puede ser un factor protector en el caso de esta patología.

Según Martínez Ortiz et al. (2015) se considera a la adicción como una enfermedad que afecta al espíritu humano, involucrando no solo las dimensiones físicas o psicológicas de la persona, sino también presentando dificultades en la dimensión espiritual o existencial. Entre los elementos más relevantes se encuentra el sentido de la vida. La falta de sentido para Frankl (2009), puede producir que el ser humano tenga problemas con el abuso de sustancias.

La pérdida de sentido en la vida, un fenómeno común en la actualidad, a menudo se manifiesta como un vacío existencial. Como afirma Gengler (2009), la falta de propósito no puede considerarse una enfermedad mental en el plano espiritual, sin embargo, la falta de sentido puede ser la raíz fundamental de muchos trastornos psicológicos. En este contexto, la carencia de sentido sería una condición espiritual esencial que se refleja en diversos problemas de salud mental, como las adicciones y el consumo problemático.

Para Camus Chávez (2023) existe la creencia de que, al ser considerados enfermos y determinados por su consumo, los usuarios de sustancias carecen de autonomía y responsabilidad en relación con su ingesta. Según esta mirada, la adicción influye en su capacidad para tomar decisiones sobre su vida, haciendo que su existencia diaria sea dominada por el consumo. Esto los conduce a una vida sin sentido, sin proyección a futuro, y los aliena físicamente de su entorno social (como la familia y el trabajo), ya que su principal prioridad se convierte en el uso de estas sustancias.

El vacío existencial, como se mencionó con anterioridad, se describe como una sensación de falta de propósito, de insignificancia y de absurdo en la vida. Las adicciones, desde esta perspectiva, pueden entenderse como un intento desesperado de llenar este vacío. Las sustancias o conductas adictivas ofrecen un escape temporal del dolor emocional y una falsa sensación de significado. Sin embargo, esta solución es efímera y, a largo plazo, solo agrava el problema subyacente. Frankl (1994) introduce el concepto de "neurosis noógena" para describir las enfermedades mentales que surgen de conflictos espirituales o existenciales. Las adicciones pueden clasificarse dentro de esta categoría, ya que están arraigadas en un conflicto más profundo relacionado con el sentido de la vida (Vargas, 2005).

La relación entre el vacío existencial y la adicción es cíclica. Esto significa que el vacío lleva a la adicción, y la adicción profundiza el vacío. Para Vargas (2005) las sustancias adictivas proporcionan un alivio temporal, pero a medida que la tolerancia aumenta, se requiere una mayor cantidad de la sustancia para lograr el mismo efecto. Esto crea una dependencia física y psicológica que dificulta enormemente dejar de consumir.

Lukas (2005) afirma que la persona que descubre el sentido de la vida no se verá seducida por los efectos de alguna sustancia ya que esas sensaciones son artificiales. Lo verdaderamente real, es decir, los valores y pérdidas reales, están ligados al sentido. Por otro lado, la autora señala que para tomar decisiones conscientes es necesario tener fuerza de voluntad. Los pacientes con consumo problemático cuando ceden ante la necesidad del consumo, pierden la fuerza de voluntad. Poder tener un sentido de la vida haría que las decisiones que se tomen estén regidas por este, de esta manera, se tomarían decisiones llenas de sentido y se evitarían las conductas de consumo. (Lukas, 2005).

Además, Batthyány y Lukas (2022) señalan que las personas que tienen consumo problemático se caracterizan por tener una actitud muy exigente, escasa gratitud y valores, un mínimo sentido de responsabilidad y necesidad de tapar su problemática mediante mentiras y autoengaño. Estos autores observan que la vida carente de sentido produce que este tipo de pacientes no puedan dimensionar las consecuencias de sus acciones ya que solo los domina la irritabilidad y el nerviosismo.

Otro aporte significativo para comprender la relación del sentido de la vida y el consumo problemático, es el de Acevedo (2001). El autor afirma que las personas con consumo problemático viven en el tiempo presente. Esto implica que la adicción puede ser entendida como una forma de encerrarse en un presente eterno, donde la urgencia por la

gratificación inmediata eclipsa cualquier consideración sobre el pasado o el futuro. Además, agrega que la logoterapia, al proponer un modelo temporal más dinámico y abierto, busca liberar al individuo de esta prisión temporal. Al reconectar al paciente con la dimensión temporal lineal, la terapia facilita la construcción de un sentido de propósito y la elaboración de proyectos de vida.

También, Acevedo (2001), ofrece una mirada profunda sobre la adicción, entendiéndola como un mecanismo de defensa ante la angustia y el dolor existencial. Las personas con consumo problemático buscan escapar de la realidad y construir un mundo ilusorio donde sus necesidades emocionales sean satisfechas de manera inmediata y sin esfuerzo. Esta búsqueda de una realidad alterna se manifiesta en la objetivación de personas y objetos, y en la negación de la interdependencia humana (Acevedo, 2001)

En esencia, la adicción es una forma de evadir el sufrimiento y encontrar un sentido de control en un mundo que a menudo se percibe como abrumador (Acevedo,2001). La terapia busca ayudar a los sujetos a reconectar con su realidad interior y a desarrollar habilidades para enfrentar los desafíos de la vida de una manera más saludable. Además, Acevedo (2017) señala que la percepción del sentido permite al sujeto en consumo problemático visualizar una posibilidad de cambio en su realidad, y poder realizar su sentido es concretar esa posibilidad.

4.13 Prevención

La OMS, (1998), citado en Vignolo et al., (2011) define la prevención como un conjunto integral de acciones orientadas a evitar, detener o mitigar los efectos negativos de las enfermedades en la salud y la calidad de vida de las personas. Este concepto engloba una

amplia gama de intervenciones, desde la promoción de estilos de vida saludables hasta la rehabilitación de pacientes. También, señala que la prevención se organiza en distintos niveles, cada uno con objetivos específicos:

- **Prevención Primaria:** está orientada a evitar la aparición de una enfermedad mediante la implementación de medidas que buscan el control de los factores causales o predisponentes. Estas medidas pueden incluir estrategias educativas sobre hábitos de vida saludables, así como la eliminación de factores de riesgo presentes en el entorno. El propósito de este nivel es proteger a la población antes de que surjan síntomas, promoviendo un estilo de vida que disminuya las probabilidades de enfermedad.
- **Prevención Secundaria:** el enfoque se dirige a la detección temprana y tratamiento oportuno de enfermedades. El objetivo es identificar la enfermedad en sus primeras etapas, antes de que se manifiesten síntomas evidentes, de manera que se pueda evitar su avance y reducir las posibilidades de complicaciones. Este nivel se basa en el diagnóstico precoz y el tratamiento inmediato para mejorar los resultados de salud a largo plazo.
- **Prevención Terciaria:** está orientada hacia las personas que ya han desarrollado una enfermedad, buscando minimizar sus efectos mediante la rehabilitación, el control de la enfermedad y la prevención de complicaciones. En esta etapa, las acciones preventivas están enfocadas en mejorar la calidad de vida de los afectados y en reducir los impactos negativos de la enfermedad en su día a día.

A la hora de pensar la prevención en el consumo problemático, Sedronar (2023) destaca que las estrategias son abordadas desde un enfoque multifacético y complementario:

- La prevención universal: se aplica a la población en general mediante campañas educativas y promoción de estilos de vida saludables que buscan crear un ambiente protector para todos los individuos.
- La prevención selectiva: se dirige a grupos con mayor riesgo de consumo problemático, como adolescentes o personas en situaciones de vulnerabilidad, proporcionando intervenciones adaptadas a sus necesidades particulares.
- La prevención indicada: se centra en aquellos individuos que ya han iniciado el consumo, con el objetivo de reducir los daños asociados, promover prácticas de consumo más seguras y, en última instancia, facilitar la transición hacia la abstinencia o la recuperación.

4.14 Test de Sentido de Vida (PIL)

El trabajo pionero de Crumbaugh y Maholick (1969) sentó las bases para comprender la importancia del sentido de vida en diversos aspectos de la experiencia humana, incluido el consumo problemático de sustancias. Al desarrollar el PIL, estos autores proporcionaron una herramienta fundamental para medir la intensidad y la calidad del sentido de vida en las personas, lo que permitió establecer conexiones significativas entre el sentido de la vida y diferentes comportamientos, como las adicciones.

El PIL es un instrumento psicométrico compuesto por 20 ítems que exploran cuatro dimensiones del sentido de vida: la percepción del significado de la vida, la experiencia de plenitud, la orientación hacia metas y la actitud ante la muerte. Al sumar las puntuaciones, se obtiene un puntaje total que refleja la medida en que la persona experimenta un sentido de propósito en su vida (Banderas Rodríguez et al.,2010).

La adaptación argentina del PIL, presentada por Gottfried (2016), refuerza la validez y confiabilidad de este instrumento en nuestro contexto cultural. Al identificar tres factores principales (percepción de sentido, vivencia del sentido y actitud ante la muerte), esta adaptación aporta nuevos conocimientos sobre la estructura del constructo del sentido de vida en la población argentina.

A partir de la validación del PIL en Argentina, cabe preguntarnos: ¿Estaría relacionado el PIL con la prevención e intervención en consumo problemático? Si se piensa en la identificación de factores de riesgo, un bajo puntaje en el PIL puede ser un indicador temprano de vulnerabilidad al consumo problemático (Gottfried, 2017). Al identificar a individuos con un sentido de vida menos definido, se pueden implementar estrategias de prevención focalizadas.

Además, en el contexto terapéutico, el PIL puede ser utilizado como una herramienta de evaluación para identificar aquellos aspectos del sentido de vida que requieren atención. Las intervenciones pueden centrarse en ayudar a los individuos a desarrollar un sentido de propósito más claro y a encontrar significado en sus vidas. También, como señala Gottfried, (2017) un mayor sentido de vida puede aumentar la motivación para el cambio y la adherencia al tratamiento. Al ayudar a las personas a encontrar un propósito más profundo, se puede facilitar el proceso de recuperación.

Finalmente, se pueden pensar en el desarrollo de programas de prevención. Dichos programas de prevención pueden diseñar actividades que promuevan la búsqueda de sentido, el desarrollo de habilidades para afrontar el estrés y la construcción de redes de apoyo social. Estas intervenciones pueden fortalecer el sentido de vida y reducir el riesgo de desarrollar conductas adictivas.

4.15 Plan de Intervención

Para poder pasar de la teoría a la praxis, se menciona un plan de intervención realizado por Batthyány y Lukas, (2022). El objetivo del mismo es proponer una estructura del proceso terapéutico basado en la Logoterapia. Sus componentes son:

- Estabilización del paciente y evitación de su empeoramiento.
- Desarrollar y utilizar la capacidad de autodistanciamiento, es decir, primero es necesario que el paciente pueda expresarse y decidir los contenidos que pone en terapia. Luego, el terapeuta debe poder seleccionar que de todo ese contenido sirve para el trabajo terapéutico.
- Modificación de la actitud, es necesario indagar sobre los problemas del paciente, pero también en los aspectos de su vida que si funcionan.
- Gestión de los síntomas, estos se basan en diversas técnicas como, por ejemplo:
 - Intención Paradójica: La intención paradójica busca fomentar el autodistanciamiento, una capacidad esencial para trascender el yo y sus afectos. Al tomar distancia de sí mismo, el individuo puede observarse con mayor objetividad y encontrar nuevas perspectivas (Ortiz, 2013). Esta técnica, se basa en que el paciente haga las cosas que teme. Como señala Frankl (1994) el humor y la ironía eran herramientas valiosas para que los pacientes pudieran distanciarse de sus sufrimientos.
 - Diálogo Socrático: El objetivo del diálogo socrático en terapias existenciales es ayudar al paciente a trascender su situación actual. Mediante preguntas provocativas, el terapeuta estimula al paciente a cuestionar sus creencias limitantes y a desarrollar una nueva comprensión de sí mismo y del mundo.

Esta técnica busca fomentar la autonomía y el crecimiento personal (Ortiz, 2013).

- Derreflexión: Según Frankl, (1994) la paradoja de la derreflexión radica en que, al ignorar el síntoma, este tiende a perder su poder. Al centrarse en un objetivo más allá de sí mismo, el individuo puede superar el problema que tanto le preocupaba.
- Curación, esto se logra evitando que los pacientes tengan dependencia por el terapeuta, pero sin dejar de lado la humanidad de la relación terapéutica (Batthyány y Lukas 2022).
- Prevención de recaídas, la terapia debe construir las bases para un estilo de vida con sentido, sostenido por un rico sistemas de valores.

4.16 El caso del Centro de Encuentros Convivir

El Centro de Encuentros Convivir se fundó con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas, especialmente en lo que respecta al consumo de drogas. En lugar de centrarse únicamente en el problema de la adicción, este Centro busca abordar las causas subyacentes que llevan a las personas a consumir drogas, promoviendo un desarrollo humano integral (Acevedo, 2001).

Inspirado en la antropología frankliana, el Centro reconoce que la salud no es solo la ausencia de enfermedad, sino un estado de bienestar que abarca dimensiones físicas, mentales y sociales. Se propone que la prevención del consumo de drogas debe ir más allá de la mera represión y centrarse en el desarrollo personal y social de los individuos (Acevedo, 2001).

Se fomenta un diálogo abierto y respetuoso con los jóvenes, reconociendo sus necesidades y preocupaciones. También se busca romper con los estigmas asociados a la adicción y crear un espacio donde las personas se sientan seguras y apoyadas. Así mismo, estimula la capacidad de las personas para encontrar soluciones a sus propios problemas y tomar decisiones informadas.

El modelo de intervención del centro se basa en los siguientes principios:

- Proceso activo: La prevención es un proceso continuo que implica la participación activa de los individuos y la comunidad.
- Contexto: Se considera la influencia del entorno social y cultural en el desarrollo de la adicción.
- Creatividad: Se promueve la búsqueda de soluciones innovadoras y adaptadas a las necesidades de cada persona.
- Vínculos: Se fomenta la creación de relaciones saludables y el fortalecimiento de los lazos comunitarios.

El Centro Convivir busca mejorar la calidad de vida de las personas a través de la búsqueda del sentido de sus participantes, sus objetivos son:

- La reducción del consumo de drogas: Al abordar las causas subyacentes de la adicción.
- El fortalecimiento de las relaciones interpersonales: Promoviendo la comunicación y la cooperación.
- El desarrollo de habilidades para la vida: Equipando a las personas con las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos de la vida.

5. Método

En el plano metodológico, se ha empleado la revisión bibliográfica como enfoque de investigación. Conforme a Buendía Eisman et al. (1998), este método contribuye al conocimiento y proporciona un marco de referencia sólido para el tema de investigación. Por otro lado, Montero y León (2007) sostienen que el estudio teórico posibilita la recopilación exhaustiva y detallada de la literatura disponible sobre el tema, y también permite incorporar las contribuciones del investigador.

Para llevar a cabo este estudio, se llevó a cabo una búsqueda exhaustiva en diversas bases de datos, entre las cuales se incluyen Scielo, Redalyc y Google Scholar. El periodo de búsqueda fue desde el año 2018 hasta 2024. Los criterios de búsqueda se centraron en documentos o investigaciones relacionadas con el sentido de la vida y el consumo problemático, la búsqueda se realizó en español. Las palabras claves seleccionadas para la búsqueda fueron: "sentido de la vida", "consumo problemático", "prevención", "vacío existencial", "análisis existencial" y "logoterapia". Para los criterios de exclusión, no fueron utilizados los textos que se encontraron en otros idiomas.

6. Resultados

Esta investigación permitió responder a la pregunta central de cómo el sentido de vida influye en el consumo problemático. Las investigaciones revisadas muestran que la falta de propósito de vida es un factor común en personas con conductas adictivas y que el encuentro de un sentido de vida se revela como una herramienta clave para la rehabilitación y prevención de recaídas.

Por ejemplo, en el estudio de Magan (2018), se identifica que adolescentes que carecen de un sentido de vida muestran una mayor tendencia a involucrarse en el consumo de sustancias. De manera similar, Bustamante y Carrillo Chu (2021) encontraron que el sentido de vida funciona como un factor protector en pacientes con consumo de drogas, reduciendo la ideación suicida. Estos hallazgos coinciden con la investigación de Luna et al. (2021), que subraya cómo la logoterapia ayuda a disminuir el vacío existencial en internos de una comunidad terapéutica, fomentando un mayor propósito vital. Con estos dos últimos estudios, se pudo observar que, a mayor consumo, menor sentido de vida y viceversa, es decir, que el riesgo de una persona de padecer un consumo problemático disminuye cuando aumenta el sentido de la vida.

El apoyo familiar y los grupos de autoayuda también juegan un rol importante en la construcción del sentido de vida, como se observa en los estudios de De la Roca Álvarez (2024), quienes destacan que el apoyo espiritual y familiar son esenciales para mantener la abstinencia. Esta relación entre el sentido de vida y la capacidad de las personas para superar las adicciones concuerda con lo señalado por Castrillón Ortiz (2021), donde se evidencia que la espiritualidad y la reconstrucción de un propósito son claves para mantener la abstinencia.

Algunos estudios también amplían el concepto de adicción a contextos tecnológicos. Angulo et al. (2021), por ejemplo, exploran la relación entre la adicción a Internet y el propósito vital en adolescentes, revelando que aquellos con un mayor sentido de vida son menos propensos a desarrollar una dependencia a la tecnología. Asimismo, Muñoz Figueroa (2023) encuentra que un propósito de vida fuerte protege contra la adicción al uso del celular.

Las investigaciones coinciden en que las intervenciones basadas en la búsqueda de un sentido tiene efectos positivos en la reducción del consumo problemático, promoviendo el bienestar a través de la creación de un propósito de vida claro y significativo.

7. Síntesis y Conclusiones

La revisión bibliográfica realizada en esta investigación responde al problema planteado sobre la importancia del encuentro del sentido de vida como forma preventiva del consumo problemático. A partir del análisis de la literatura científica, se ha podido establecer que el sentido de vida es un elemento central tanto en la prevención como en el tratamiento del consumo problemático, lo cual da soporte a la hipótesis planteada.

En referencia a los objetivos generales propuestos, estos se lograron de la siguiente manera:

El objetivo general de este trabajo fue analizar la importancia del sentido de vida como factor preventivo del consumo problemático. A lo largo de la revisión se evidencia que el sentido de vida funciona como un factor de protección clave, reduciendo la probabilidad de que las personas desarrollen un consumo problemático. Esto fue abordado desde el “Análisis Existencial” (Frankl, Yalom y Längle), estos autores coinciden en que la falta de sentido de vida aumenta la vulnerabilidad al consumo de sustancias y comportamientos adictivos, mientras que un sentido de vida claro y positivo favorece el bienestar general y disminuye los riesgos de recaída en personas en proceso de rehabilitación.

En cuanto al primer objetivo específico, se examinaron los factores de riesgo y protección asociados al sentido de vida y al consumo problemático. El factor de riesgo principal es el vacío existencial, ya que, como señala Frankl (1990), al no saber que hacer con el tiempo libre, el ser humano existencialmente frustrado, lo llena con alcohol, drogas o el juego. De esta manera, se confirmó que aquellos individuos que carecen de un propósito vital son más propensos a desarrollar conductas problemáticas, como el abuso de sustancias

o la adicción a la tecnología. Los factores de protección, como el apoyo familiar y la intervención terapéutica, fueron destacados como elementos que fortalecen el sentido de vida y, por ende, disminuyen la tendencia al consumo.

El segundo objetivo específico, investigar sobre la eficacia de las intervenciones orientadas a fortalecer el sentido de vida como estrategia preventiva, también fue alcanzado. La literatura revisada evidencia que enfoques terapéuticos como la logoterapia, que se enfocan en la búsqueda de sentido, son altamente eficaces en el tratamiento del consumo problemático. Estas intervenciones permiten a las personas no solo reducir dicho consumo, sino también encontrar un propósito que mejore su calidad de vida y les permita reinsertarse de manera plena en la sociedad.

Asimismo, se concluye que el abordaje integral del consumo problemático debe considerar el sentido de la vida como un componente fundamental. Las terapias orientadas a trabajar con el significado y el propósito de la vida ofrecen una alternativa viable y necesaria a los modelos tradicionales de tratamiento, al abordar tanto los aspectos emocionales como existenciales del individuo. La literatura científica respalda que el fortalecimiento del sentido de la vida no solo mejora los resultados terapéuticos, sino que también permite una mayor sostenibilidad en el tiempo, reduciendo las tasas de caída.

Finalmente, se confirma que encontrar y fortalecer el sentido de vida no solo puede evitar el consumo problemático, sino también contribuir significativamente al tratamiento y recuperación de quienes estén atravesando esta problemática.

8. Aportes y contribuciones de la investigación

Este trabajo ofrece un enfoque integral sobre la importancia de encontrar un sentido de vida como una herramienta preventiva frente al consumo problemático. Los aportes teóricos desarrollados en la investigación permiten comprender cómo el sentido de vida no solo es un factor de protección en la prevención del consumo, sino también un eje central para el bienestar emocional y psicológico de las personas en tratamiento o en riesgo de caer en adicciones.

Uno de los principales aportes es la sistematización de los factores de riesgo y protección relacionados con el sentido de vida y su impacto en el consumo problemático. La revisión permite visualizar la interacción entre variables como la falta de propósito, el apoyo social y familiar, y el contexto socioeconómico, ofreciendo una base teórica adecuada para futuras investigaciones y propuestas de intervenciones orientadas a fortalecer el sentido de vida en poblaciones vulnerables.

Desde el punto de vista práctico, este trabajo contribuye al campo de la prevención del consumo problemático mediante el análisis de diversas intervenciones terapéuticas que han demostrado su eficacia en el fortalecimiento del sentido de vida, como la logoterapia y el análisis existencial. Estas intervenciones no solo ayudan a prevenir el consumo problemático, sino que también mejoran el bienestar general de las personas, reduciendo su riesgo de recaída y promoviendo su reintegración social.

Finalmente, la investigación resalta la importancia de considerar la individualidad y subjetividad de las personas en riesgo, reconociendo que el sentido de vida es único para cada individuo y que las intervenciones deben adaptarse a los contextos personales, familiares y

culturales. Este enfoque personalizado permite generar estrategias más efectivas y sostenibles a largo plazo en la lucha contra el consumo problemático.

9. Limitaciones de la investigación

Una de las principales limitaciones identificadas en esta investigación es que la mayoría de los artículos que abordan de manera más precisa los objetivos planteados provienen de otros países latinoamericanos, no de Argentina. Además, no se encontraron estudios cualitativos que exploren de forma específica la relación entre el sentido de la vida y problemáticas emergentes como la adicción al juego virtual. Para futuras investigaciones, se sugiere ampliar los criterios de inclusión con el fin de obtener una perspectiva más global sobre esta temática.

10. Líneas de investigación futuras

A partir de los hallazgos de esta investigación, surgen diversas oportunidades para profundizar en la relación entre el sentido de la vida y el consumo problemático. Una de las principales líneas de investigación futura podría centrarse en estudiar cómo las diferencias culturales influyen en la relación entre el sentido de la vida y la prevención del consumo problemático, especialmente en Argentina.

Además, sería pertinente desarrollar estudios cualitativos que analicen de manera más específica cómo el fortalecimiento del sentido de la vida puede impactar en la prevención de nuevas formas de adicciones, como la adicción al juego virtual o las tecnologías digitales. Estas problemáticas emergentes requieren de un enfoque actualizado que considere no solo los factores tradicionales del consumo problemático, sino también las características específicas de las adicciones contemporáneas.

Finalmente, otra línea de investigación posible sería sobre la eficacia de programas e intervenciones centradas en promover el sentido de la vida como estrategia de tratamiento para personas que ya presentan consumo problemático. Aquí, sería relevante comparar distintas técnicas y enfoques terapéuticos, y cómo estos impactan en la percepción del sentido vital y en los procesos de recuperación.

11. Referencias

- Acevedo, G. (1996). *El modo humano de enfermar: Desde la perspectiva de la Logoterapia de Viktor Frankl*. Fundación Argentina de Logoterapia" Viktor E. Frankl".
- Acevedo, G. (2001). *Logoterapia, una disciplina fundante de un nuevo paradigma. Su aplicación en la praxis de los consumos nefastos*. NOUS: Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial, 5, 7-27.
- Acevedo, G. (2017). *Vivir como gerundio existencial*. Centro de análisis existencial. Rosario.
- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*.
- Asid, M. L., Casanova, J. E., del Carmen Cardigni, M., Llalen, M. V. M., & Zibelman, M.G. (2023). *Descripción del estado de las motivaciones fundamentales de la existencia en personas con consumo problemático de sustancias en la Provincia de Mendoza/Description of the state of the fundamental motivations of existence in people with problematic substance use in the Province of Mendoza*. Revista Latinoamericana de Psicología Existencial UN ENFOQUE COMPRENSIVO DEL SER, (27), 38-48.
- Avellar, T. A., Veloso, V., Salvino, E., & Bandeira, L. (2017). *La percepción de sentido de la vida en el ciclo vital: una perspectiva temporal*. Avances en Psicología Latinoamericana., 35(2), 375- 386. doi:<http://dx.doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.3728>
- Banderas Rodríguez, C. R., Martínez Chacón, A. J., & Romo González, T. (2010). *Prevención integral de consumo de alcohol y drogas en estudiantes universitarios: una propuesta de intervención grupal*. Acta Colombiana de Psicología, 13(2), 19-33.

- Batthyány, A., y Lukas, E. S. (2022). *Logoterapia y análisis existencial hoy*. España: Herder Editorial.
- Bauman, Z. (2012). *Vida de consumo*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Benedetti, E. (2015). *Hacia un pensamiento clínico acerca del consumo problemático*. Buenos Aires: Ediciones Laura Bonaparte. Buenos Aires. Recuperado de: https://www.Argentina.gob.ar/sites/default/files/2019/03/hacia_un_pensamiento_web.pdf.
- Buendía Eisman, L., Colás Bravo, M- P., y Hernández Pina, F. (1998). *Métodos de investigación en Psicopedagogía*. McGraw-Hill Interamericana de España, S.A.U
- Bustamante Bustamante, S. y Carrillo Chu, A. P. (2021). *Relación entre el sentido de vida e ideación suicida en varones que consumen sustancias psicoactivas*. [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, Universidad de Lima]. Repositorio institucional de la Universidad de Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.12724/14077>
- Camarotti, AC y Kornblit, AL (2015). *Abordaje integral comunitario de los consumos problemáticos de drogas: construyendo un modelo*. Salud Colectiva , 11 (2), 211-221.
- Camus Chávez, J. (2019). *Consumo problemático de alcohol desde un enfoque clínico existencialista*. Disponible en <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/175877>
- Camus Chávez, J. A. C. (2023). *Fenomenología Existencial y Reducción de Daños: una alternativa en el tratamiento del consumo problemático de sustancias psicoactivas*. Revista Latinoamericana de Psicología Existencial UN ENFOQUE COMPRENSIVO DEL SER, (26), 36-48.

Castrillón Ortiz, S. V. (2021). *Sentido de vida en personas en rehabilitación por adicción a psicoactivos: una perspectiva psicoespiritual en el contexto de la Covid-19* (Bachelor's thesis, Universidad EAFI).

De la Roca Álvarez, G. A. (2024). *El rol del sentido de vida en la recuperación de una persona con trastorno por uso de sustancias dentro de un grupo de autoayuda* (Doctoral dissertation, Universidad de San Carlos de Guatemala). Tesis de Maestría. Universidad de Chile.

Fernández, J. L. C. (2013). *Psicoterapia y rehumanización de las adicciones. Un modelo para la bioética personalista*. Cuadernos de bioética, 24(1), 101-112.

Font, M., Gerstner, R., & Lara, F. L. (2017). *En busca del sentido: proyecto de inclusión "Desvincula-T" de la PUCE-SD*. RECUS: Revista Electrónica Cooperación Universidad Sociedad, 2(1), 15-21.

Frankl, V. (1983) *La voluntad de sentido*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. (1990) *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. Barcelona: Herder.

Frankl, V. E. (1994). *El hombre en busca del sentido*. Barcelona: Herder

Frankl, V. E. (1997). *Psicoanálisis y existencialismo*. Ed. FCE, México.

Frankl, V. (2009). *El hombre doliente: fundamentos antropológicos de la psicoterapia*. Barcelona: Herder .

Frankl, V. (2018). *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona: Herder.

Gengler, J. (2009). *Análisis existencial y logoterapia: bases teóricas para la práctica clínica*.
Psiquiatría y salud mental, 26(3-4), 200-209.

González Angulo, P., Salazar Mendoza, J., Castellanos Contreras, E., Camacho Martínez, J.U.,
Enríquez Hernández, C. B., & Conzatti Hernández, M. E. (2021). *El sentido de la vida como
mediador entre la autoestima y la adicción al internet en adolescentes*. Enfermería Global,
20(4), 506–531. <https://doi.org/10.6018/eglobal.482691>

Gottfried, A. (2016). *Adaptación argentina del PIL Test (Test de Sentido en la Vida) de Crumbaugh
y Maholick*. Revista de Psicología, 12(23). Disponible en:
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/6140>

Gottfried, A. E. (2017). *El sentido de vida en adolescentes entre 17 y 18 años de la ciudad de
Mendoza, evidenciado antes y después de un programa de intervención basado en los
postulados de Viktor Frankl*. Diálogos pedagógicos, 15(29), 85-114.

Heidegger, M. (2022). *Ser y tiempo*. Editorial Universitaria de Chile.

Honorable Congreso de la Nación Argentina (diciembre 3, 2010). *Ley Nacional de Salud Mental N°
26.657*.

Honorable Congreso de la Nación Argentina (mayo 29, 2014) *Ley N°26.934: Plan Integral para el
Abordaje de los Consumos Problemáticos*

Honorable Congreso de la Nación Argentina (octubre 11, 1989). *Ley Penal de Tenencia y Tráfico
de Estupefacientes N° 23737*

Jaspers, K. (1967). *Psicología de las concepciones del mundo*. Madrid: Gredos.

- Laespada, M. T., Castillo, I. I., & Santamaría, E. A. (2004). *Factores de riesgo y de protección frente al consumo de drogas: hacia un modelo explicativo del consumo de drogas en jóvenes de la CAPV*. Bilbao: IDD.
- Längle, A. (2009). *Las motivaciones personales fundamentales. Piedras angulares de la existencia*. Revista de Psicología Uca. 2009,5 (10).
- Längle, A. (2015). *La 1ª Motivación fundamental de la existencia. El poder ser en el mundo*. Viena: Ed. Sueß-Gasse 10.
- Längle, A. (2015). *Los fundamentos del análisis existencial*. Viena: Ed. Sueß-Gasse 10.
- Längle, A. (2016). *La 4ª Motivación fundamental de la existencia. Hacia una existencia plena*. Viena: Ed. Sueß-Gasse 10.
- Losada, A. V. y Miller Franca, N. B. (2021). *El sentido de la vida en profesionales de enfermería*. Revista Mexicana de Investigación en Psicología, 13(1), 89-96
- Lukas, E. (2005). *Libertad e identidad: logoterapia y problemas de adicción*. Grupo Planeta (GBS).
- Luna, J. C. S., Puyen, A. V., & Larrea, Á. J. C. (2021). *Efecto educativo de la logoterapia en el sentido de vida de internos de una comunidad terapéutica*. Hacedor, 5(1), 60-67.
- Magán, A. (2018). *Objetivos vitales en un Centro de Rehabilitación y Diagnóstico y de un colegio Estatal de Lima* (Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología). Universidad Ricardo Palma, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.14138/1630>

- Martínez Ortiz, M., Castellanos, C., Castaño, C. A. O., y Lee, S. C. (2015). *Efectos de la logoterapia sobre los recursos personales de las personas con adicción*. Revista argentina de clínica psicológica, 24(3), 231-241.
- Maturana Silva, J. (2018). *Introducción a la terapia analítica existencial. / Introduction to existential analytic therapy*. Revista Liminales. Escritos Sobre Psicología Y Sociedad, 7(14), 33-53. <https://doi.org/10.54255/lim.vol7.num14.339>
- Ministerio de Educación de la Provincia de Neuquén. (2015). *Prevención de las adicciones y consumos problemáticos de sustancias*.
- Moncayo, M. (2020). *Propuesta de intervención para la construcción del sentido de la vida en un grupo de personas con consumo problemático*. Universidad Internacional Sek.
- Montero, I. y León, O. G. (2007). *Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en psicología*. Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud, 2, 503-508.
- Muñoz Figueroa, Y. A. (2023). *Dependencia al smarthphone y su relación con el sentido de vida, bienestar psicológico y autorregulación en una muestra de estudiantes universitarios de Cuba, México y Colombia*. Repositorio IUE.
- Nietzsche, F. (2011). *Ecce Homo*. Madrid: Alianza Editorial
- Nietzsche, F. W. (2021). *Más allá del bien y del mal*. Madrid: Alianza Editorial.
- Noblejas de la Flor, M. Á. (1994). *Logoterapia. Fundamentos, principios y aplicación. Una experiencia de evaluación del "logro interior de sentido"*. Tesis Doctoral, Universidad Complutense de Madrid. Madrid, España.

Noblejas de la Flor, M. Á. (2018). *Logoterapia, fundamentos y líneas de intervención*. Revista de psicoterapia, 29(109), 69-88.

Organización Mundial de la Salud. (1994). *Glosario de Términos de alcohol y drogas*.

González Angulo, P., Salazar Mendoza, J., Castellanos Contreras, E., Camacho Martínez, J.U., Enríquez Hernández, C. B., & Conzatti Hernández, M. E. (2021). *El sentido de la vida como mediador entre la autoestima y la adicción al internet en adolescentes*. Enfermería Global, 20(4), 506–531. <https://doi.org/10.6018/eglobal.482691>

Ortiz, E. M. (2013). *Manual de psicoterapia con enfoque logoterapéutico*. Colombia: Manual Moderno Akademos.

Pawlowicz, María Pía (2015). *Ley de Salud Mental. Apuesta a un cambio de paradigma y oportunidades para una reforma en las políticas de drogas*. Voces en el Fénix, 42, 20-27.

Riva-Posse, A. E. (2016). *Trastornos adictivos. Inmanencia (San Martín, Prov. B. Aires)*, 51-57.

Sarte, J. P. (2018). *El existencialismo es un humanismo*. Revista Santander, (13), 244–261. Recuperado a partir <https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistasantander/article/view/8940>

Secretaría de Políticas Integrales sobre Drogas de la Nación Argentina (SEDRONAR), (2014). Observatorio Argentino de Drogas. *Sexto estudio nacional sobre consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes de enseñanza media*. Buenos Aires, Argentina.

Secretaría de Políticas Integrales sobre Drogas de la Nación Argentina (SEDRONAR), (2023). *Manual de conceptos y herramientas para la investigación sobre consumos de sustancias psicoactivas*. Buenos Aires, Argentina.

- Torrijo, S. M.(2013). *Leeme... encontrate. Desde un enfoque logoterapéutico*. Buenos Aires: Umbrales.
- Touzé G. (2010). *Prevención del consumo problemático de drogas: Un enfoque educativo*. Buenos Aires: Ministerio de Educación.
- Touzé, G. (2006). *Saberes y Prácticas sobre drogas: el caso de la pasta base de cocaína*. Buenos Aires: Intercambios Asociación Civil y Federación Internacional de Universidades Católicas. Capítulo 1. Pp. 4-31. Disponible en: <https://www.intercambios.org.ar/assets/files/Saberes-y-practicas1.pdf>
- Touzé, G. (2015). *Las adicciones desde una perspectiva relacional*. Programa Nacional de Educación y Prevención de Adicciones. Ministerio de Educación de la Nación.
- Valle, M. G. (2015). *Sentido de vida y estrés laboral en trabajadores de la salud mental que asisten pacientes drogodependientes. Estrategias de afrontamiento observadas*. (Tesis Doctoral, Universidad de Flores).
- Vargas, J. A. L. (2005). *Logoterapia y drogadicción: ¿ Cómo ayudar a una persona adicta?*. Editorial San Pablo.
- Vignolo, Julio, Vacarezza, Mariela, Álvarez, Cecilia, & Sosa, Alicia. (2011). *Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud*. Archivos de Medicina Interna, 33(1), 7-11
- Yalom, I. D. (1984). *Psicoterapia existencial* .Barcelona, España: Herder

Zambrano Gómez, R. L. (2016). *Sentido de la vivencia de abstención al consumo de sustancias psicoactivas en un adolescente*. (Master's thesis, Universidad del Norte).

12. Anexos

Test Sentido en la vida (Pil-Test)

Versión Argentina 2014 por A. E. Gottfried

Nombre:	Sexo:	Edad:
Profesión u Ocupación:	Fecha:	
Institución:	Dirección:	

Instrucciones:

En cada una de las siguientes afirmaciones, rodee con un círculo el número que refleje mejor la verdad sobre usted mismo. Por favor, señale su propia posición sin considerar las fluctuaciones pequeñas y momentáneas. Responda espontáneamente uno de los siete puntos. Dese cuenta que los números representan desde un sentimiento extremo hasta su contrario. Si contesta neutro significa que no puede inclinarse hacia ninguno de los extremos; intente utilizarlo lo menos posible. No existen respuestas correctas ni incorrectas. No deje ninguna afirmación sin contestar.

1	Generalmente estoy	1	2	3	4	5	6	7
		Completamente aburrido			Neutro	Totalmente entusiasmado		
2	La vida me parece	7	6	5	4	3	2	1
		Siempre emocionante			Neutro	Completamente rutinaria		
3	Para mi vida	1	2	3	4	5	6	7

	No tengo metas, ni propósito		Neutro		Tengo metas y propósitos definidos		
4	Mi existencia, mi vida personal						
	1	2	3	4	5	6 7	
	No tiene ningún sentido			Neutro	Tiene mucho sentido		
5	Vivo cada día como						
	7	6	5	4	3	2 1	
	Constantemente nuevo			Neutro	Exactamente idéntico		
6	Si pudiera elegir, elegiría						
	1	2	3	4	5	6 7	
	No haber nacido			Neutro	Vivir una vida exactamente igual a la mía		
7	Después de jubilarme o retirarme, me gustaría						
	7	6	5	4	3	2 1	
	Hacer las cosas que siempre me interesaron			Neutro	Vaguar el resto de mi vida		
8	En alcanzar las metas de mi vida						
	1	2	3	4	5	6 7	
	No he progresado nada			Neutro	He progresado mucho		
9	Mi vida está						
	1	2	3	4	5	6 7	
	Vacía, llena de desesperación			Neutro	Llena de cosas buenas y valiosas		
10	Si muriera hoy, sentiría que mi vida						
	7	6	5	4	3	2 1	
	Valió mucho la pena			Neutro	No valió la pena para nada		
11	Al pensar mi vida						
	1	2	3	4	5	6 7	
	Me pregunto porque existo			Neutro	Siempre veo una razón por la que estoy aquí		
12	Considero que el mundo en el que vivo						
	1	2	3	4	5	6 7	
	Me confunde			Neutro	Tiene sentido para mi		
13	Yo soy						
	1	2	3	4	5	6 7	
	Muy irresponsable			Neutro	Muy responsable		

14	Creo que el hombre para tomar sus propias decisiones es						
	7	6	5	4	3	2	1
	Totalmente libre			Neutro	Completamente limitado por su herencia y ambiente		
15	Con respecto a la muerte						
	7	6	5	4	3	2	1
	Estoy preparado y no tengo miedo			Neutro	No estoy preparado y tengo miedo		
16	Con respecto al suicidio						
	1	2	3	4	5	6	7
	He pensado que es una salida			Neutro	Nunca he pensado en eso		
17	Considero que mi capacidad para encontrar un sentido, un propósito o una misión en mi vida						
	7	6	5	4	3	2	1
	Es muy grande			Neutro	Es prácticamente nula		
18	Mi vida está						
	7	6	5	4	3	2	1
	En mis manos y bajo mi control			Neutro	Fuera de mis manos y controlada por factores externos		
19	Enfrentarme a mis tareas diarias es						
	7	6	5	4	3	2	1
	Una fuente de placer y satisfacción			Neutro	Una tarea aburrida y penosa		
20	Yo he descubierto que						
	1	2	3	4	5	6	7
	No tengo sentido ni propósito en mi vida			Neutro	Tengo metas claras y un sentido que me satisface		