

ESTIGMATIZACIÓN Y LENGUAJE

EL PODER DE LAS PALABRAS



IDENTIFICAR LAS CAUSAS DE LA
ESTIGMATIZACIÓN DE LAS PERSONAS QUE
CONSUMEN DROGAS Y TOMAR MEDIDAS PARA
REDUCIRLA MEDIANTE UN LENGUAJE
ADECUADO

IDENTIFICAR LAS CAUSAS DE LA ESTIGMATIZACIÓN DE LAS PERSONAS QUE CONSUMEN DROGAS Y TOMAR MEDIDAS PARA REDUCIRLA MEDIANTE UN LENGUAJE ADECUADO

SUMARIO

¿POR QUÉ ESTE DOCUMENTO?

LENGUAJE Y ESTEREOTIPOS

PÁGINA 3

LOS DIFERENTES USOS DE LAS SUSTANCIAS

DIVERSIDAD DE LOS USOS

PÁGINA 4

ESTIGMA

DEFINICIÓN Y CONSECUENCIAS

PÁGINA 6

ESTIGMA Y LENGUAJE

INFLUENCIA DEL LENGUAJE

PÁGINA 7

LENGUAJE Y SEO

CONCILIAR LENGUAJE Y "SEARCH ENGINE OPTIMIZATION"

PÁGINA 9

GLOSARIO Y RECOMENDACIONES

PRINCIPIOS Y TÉRMINOS A UTILIZAR... O NO

PÁGINA 11

RECURSOS

EN INGLÉS, CASTELLANO Y FRANCÉS

PÁGINA 18

¿QUIÉNES SOMOS?

PRESENTACIÓN DE DIANOVA

PÁGINA 19

¿POR QUÉ ESTE DOCUMENTO?

El lenguaje es un instrumento vivo que cambia constantemente en función de la evolución de nuestras necesidades para describir el mundo que nos rodea. Por tanto, no se trata aquí de restringir o censurar nada, sino simplemente de informar.

Sin embargo, es importante poner de relieve que las palabras que utilizamos tienen un impacto directo en las personas que nos rodean. Cuando hablamos de grupos en situación de vulnerabilidad, o cuando discutimos con las personas afectadas, hay palabras que hieren, palabras que degradan, palabras que dividen. Utilizar estas palabras es participar en la estigmatización de las personas.

La estigmatización es un fenómeno social complejo que puede afectar a diferentes grupos sociales, como las personas con problemas de salud mental o las que consumen drogas o son dependientes de ellas. Nuestra experiencia con este último colectivo, la de decenas de organizaciones similares en todo el mundo, así como numerosos estudios de investigación, han permitido poner de manifiesto la relación entre el lenguaje utilizado por el público en general, los medios de comunicación e incluso los representantes políticos y los profesionales de la salud[1], y la estigmatización de estos colectivos.

Es importante señalar que los términos estigmatizadores no son sólo argot o expresiones despectivas, sino también todos los términos que contribuyen – a veces involuntariamente – a etiquetar negativamente a las personas, reforzando así los estereotipos y las actitudes sociales negativas asociadas a los grupos sociales a los que dichas personas pertenecen.



HAY PALABRAS QUE HIEREN,
PALABRAS QUE DEGRADAN,
PALABRAS QUE DIVIDEN

El objetivo de este documento es facilitar recomendaciones claras sobre las palabras que deben evitarse, al tiempo que se sugieren alternativas más respetuosas con las personas. Además, el documento ofrece un panorama explicativo de los diferentes usos de las sustancias, las causas y consecuencias de la estigmatización y, por último, el proceso de estigmatización a través del lenguaje.



[1] Estigmatización de las personas con trastornos adictivos en los [medios de comunicación](#), en los [servicios de salud](#) y en el [ámbito laboral](#) – Campaña Dianova [#QuitStigmaNow](#), 2019

LOS DIFERENTES USOS DE LAS SUSTANCIAS

El alcohol, el tabaco, diversos ansiolíticos y, por supuesto, todas las sustancias sometidas a control internacional, como el cannabis, la heroína, la cocaína o la metanfetamina, son sustancias psicoactivas, es decir, que actúan sobre el cerebro modificando la actividad mental del consumidor, dicho de otra manera, su comportamiento, su estado de ánimo, sus percepciones, etc.

Cientos de millones de personas en todo el mundo consumen drogas[2]. Para la mayoría de ellos, el consumo no es problemático: no conlleva problemas graves de comportamiento, ni tiene un impacto negativo en su vida social, familiar o profesional.

A pesar de ello, la opinión pública todavía tiende a asociar el consumo de drogas con una obsesión peligrosa, que conduce a corto plazo al hábito, la dependencia y la desocialización.

Estos estereotipos contribuyen a crear una imagen negativa del consumo y de los consumidores de drogas. Por lo tanto, es esencial subrayar que el consumo de drogas, incluso las ilegales, no es necesariamente problemático.

Reducir la experiencia de miles o incluso millones de consumidores a estos estereotipos no tiene sentido, además sólo contribuye a crear una imagen negativa del uso de sustancias.

En realidad, **no hay uno sino varios usos de sustancias**. Las personas que consumen drogas son infinitamente diversas y su relación con el consumo también puede adoptar formas muy diferentes, sean cuales sean las drogas utilizadas.

De hecho, aunque algunas drogas son más peligrosas que otras, lo que importa sobre todo es la forma en que se utilizan. Algunos usos pueden ser perjudiciales para nuestra salud, otros no, o al menos mucho menos.

Si tomamos el ejemplo del alcohol, un estudio reciente[3] subraya que no existe un nivel de consumo seguro para la salud. A pesar de ello, los varios organismos de salud pública emiten periódicamente una serie de recomendaciones a favor de lo que se considera un consumo de menor riesgo.

”

ES ESENCIAL
SUBRAYAR QUE
EL CONSUMO DE
DROGAS,
INCLUSO LAS
ILEGALES, NO ES
NECESARIAMENTE
PROBLEMÁTICO

[2] Por convención, consideramos que todas las sustancias psicoactivas, legales o ilegales, son drogas, por lo que las palabras "drogas" y "sustancias" se utilizan como sinónimos en este documento

[3] Consumo y carga de alcohol para 195 países y territorios, 1990-2016: un análisis sistemático para el Global Burden of Disease Study 2016 (inglés) – [acceso: noviembre 2022](#)

LOS DIFERENTES USOS DE LAS SUSTANCIAS

Se podrían aplicar estos mismos principios a todas las demás drogas y argumentar que el único uso seguro es no usarlas. Por desgracia, no vivimos en un mundo ideal y, como profesionales, tenemos que aceptar que muchas personas consumen drogas, legales o no, al tiempo que recomendamos un uso más seguro y proporcionamos ayuda a quienes la necesitan.



La relación entre el consumo de drogas y la salud puede considerarse como un continuum que va desde el no consumo, el uso potencialmente beneficioso (por ejemplo, el consumo de cannabis para aliviar el dolor), el uso de riesgo moderado, el uso que conduce a problemas más graves (por ejemplo, conducir bajo los efectos del alcohol o del cannabis) y, por último, los trastornos por consumo de sustancias[4] caracterizados, entre otras cosas, por una condición de dependencia diagnosticada clínicamente - Véase el gráfico[5] "Salud asociada al uso de sustancias" más arriba

[4] Trastorno por consumo de sustancias (leve, moderado o grave): Clasificación del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, quinta edición (DSM-5), publicado por la [Asociación Americana de Psiquiatría](#)

[5] Gráfico de la asociación CAPSA, ver folleto: "Understanding Substance Use Health: A Matter of Equity", [acceso: octubre 2022](#)

ESTIGMA

El estigma se define como la presencia de un atributo o condición que desacredita significativamente a una persona o grupo ante la mirada de los demás. Estigmatizar a un grupo de personas significa categorizarlas como una entidad social distinta debido a características que se consideran indeseables o potencialmente peligrosas. La propia identidad de las personas se reduce así a estos atributos o condiciones, lo que justifica su discriminación.

En la estigmatización de una condición de salud influyen dos factores: *la causa* y al carácter *controlable* de dicha condición. Las personas que viven con el VIH, por ejemplo, siguen siendo ampliamente estigmatizadas por personas que creen que haber contraído el VIH es la consecuencia de elecciones "*moralmente inaceptables*" en el comportamiento sexual o el uso de drogas, especialmente el uso de drogas intravenosas (causa).

El consumo de drogas ilegales, y en particular la dependencia, es una de las condiciones más estigmatizantes porque la sociedad considera que no sólo es el resultado de una elección personal, sino que los individuos afectados "*podrían dejarlo si quisieran*" (causa y controlabilidad).

Por el contrario, a las personas que viven con cáncer no se les suele culpar de su estado porque "*no son responsables*" de su enfermedad (con la notable excepción del cáncer de pulmón, en el que los fumadores y exfumadores suelen ser estigmatizados, incluso en la profesión médica).

La estigmatización de las personas que consumen drogas no sólo es un obstáculo para los esfuerzos de prevención, promoción de la salud, reducción de daños y tratamiento de los trastornos por consumo de sustancias, sino que también es el motor de la normalización de la discriminación que sufren estas personas.

CONSECUENCIAS DEL ESTIGMA

Las consecuencias negativas del estigma pueden adoptar varias formas. En primer lugar, las personas que se enfrentan a una dependencia pueden **interiorizar su propia estigmatización**[6] y, al identificarse con el grupo estigmatizado, pueden experimentar altos niveles de estrés, baja autoestima y sentimientos de vergüenza, culpa, ira y desesperanza, que a su vez pueden alimentar, o incluso empeorar, su consumo de sustancias.

Debido a este *autoestigma*, también es menos probable que busquen empleo y tienen dificultades para establecer relaciones significativas con los demás. También es menos probable que busquen ayuda profesional, no sólo por su sentimiento de autodesprecio (*no valgo nada, no merezco ayuda*), sino también por sus temores, a veces justificados, de perder el trabajo o la vivienda, o incluso la custodia de sus hijos o hijas.

Este último punto nos lleva a las consecuencias de la estigmatización activa, es decir, a la discriminación que sufren las personas afectadas. Se trata de actitudes directamente negativas hacia ellos, que se traducen en dificultades para obtener un empleo o mantenerlo en buenas condiciones (ser "relegados"), para encontrar una vivienda e incluso para obtener asistencia sanitaria.

De hecho, **muchos profesionales de salud perpetúan la estigmatización** de las personas que consumen drogas adoptando una actitud negativa y discriminatoria hacia ellas basada en estereotipos comunes como: (las personas que utilizan drogas) "*son mentirosas y manipuladoras*", "*no tienen motivación para buscar tratamiento*", "*pueden ser violentas*".

La investigación demostró que estos profesionales[7] muestran menos empatía y compromiso personal con los pacientes afectados, lo que contribuye a una baja sensación de empoderamiento entre estos pacientes y, por tanto, a unos resultados de peor calidad.

[6] Estigma y autoestigma en las adicciones (inglés) - [acceso: septiembre 2022](#)

[7] Estigma entre los profesionales de salud hacia los pacientes con trastornos por consumo de sustancias y sus consecuencias para la prestación de asistencia : revisión sistemática (inglés) - [acceso: septiembre 2022](#)

ESTIGMA Y LENGUAJE

Los trastornos por consumo de sustancias son, junto con los problemas de salud mental, las condiciones de salud más estigmatizadas desde hace décadas. El rico léxico discriminatorio de los trastornos por consumo de sustancias ha acompañado a generaciones de personas para las que términos peyorativos como "yonqui", "borracho" y "adicto" han pasado a formar parte del lenguaje cotidiano.

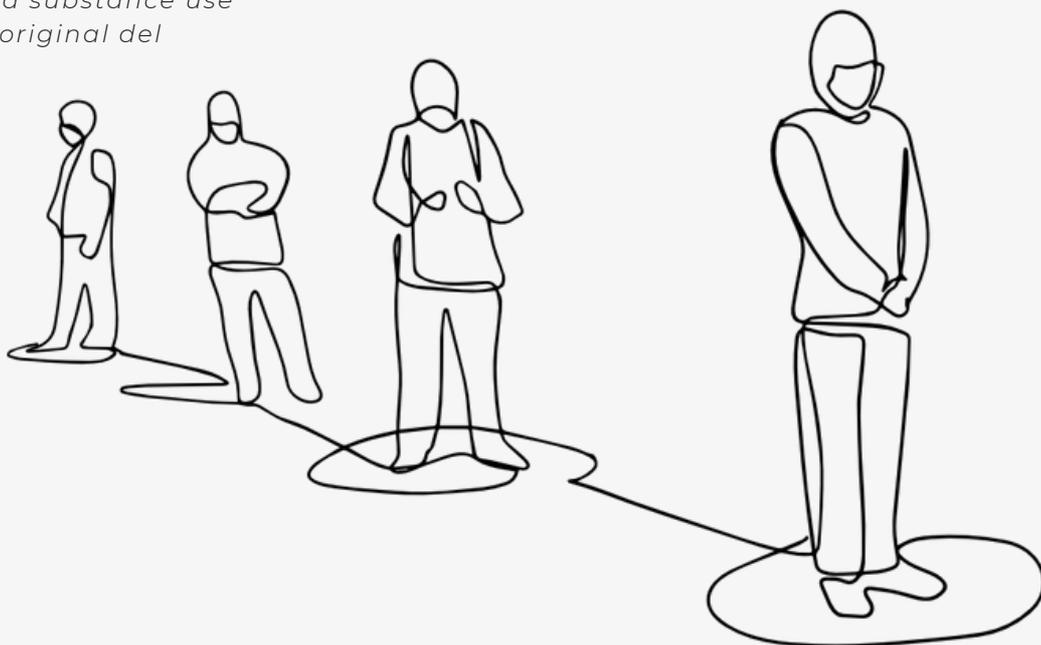
Por supuesto, se podría argumentar que lo que cuenta son nuestras acciones y prácticas, no el lenguaje que utilizamos. Sin embargo, estas palabras estigmatizantes y degradantes no sólo encasillan a las personas en la idea de que son ciudadanos de segunda clase, sino que **también influyen en el comportamiento de los demás.**

Un estudio[8], por ejemplo, demostró que las respuestas de los médicos ante un determinado paciente podían variar desde reacciones críticas y/o punitivas, o al contrario, positivas y terapéuticas según se califique al paciente como "drogadicto" o como "persona con trastorno por consumo de sustancias", ("*Substance abuser*" contra "*having a substance use disorder*", en la versión original del estudio).

CÓMO INFLUYE EL LENGUAJE EN NUESTRAS EMOCIONES Y REACCIONES

La investigación psicológica ha demostrado que nos regimos por dos modos distintos de pensamiento: uno es rápido e involuntario y el otro es lento y consciente[9]. El *Sistema 1*, como lo llaman los psicólogos, es el resultado de millones de años de evolución. Es el que nos hace reconocer instantáneamente un sentimiento hostil en una persona sólo por el tono de su voz, el que dirige nuestras interacciones con el mundo y nos permite formar nuestras primeras impresiones de una situación determinada.

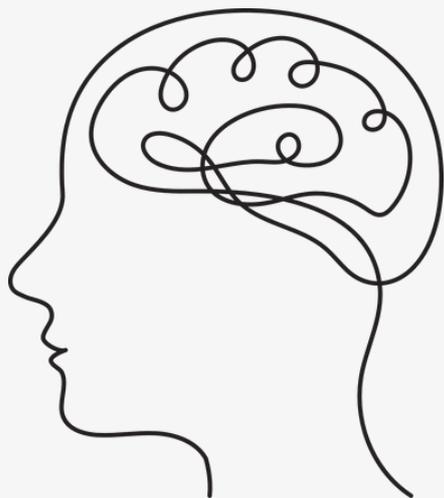
El *Sistema 2*, en cambio, es el sistema del pensamiento consciente y de los procesos de análisis. Aunque este es el sistema que ha llevado al ser humano a la cima de la pirámide de la evolución, apenas se utiliza porque requiere un gran esfuerzo mental. Como resultado, dejamos que el Sistema 1 gobierne nuestras vidas, y en la mayoría de las situaciones esto funciona bien.



[8] ¿Importa cómo nos referimos a las personas con trastornos relacionados con sustancias? Un estudio aleatorio de dos términos de uso común. Kelly J.F., Westerhoff C.M., International Journal of Drug Policy, Vol. 21, 2010 (inglés) - [acceso: septiembre 2022](#)

[9] ¿Cuáles son los dos sistemas de pensamiento? (inglés) - [acceso: septiembre 2022](#)

ESTIGMA Y LENGUAJE



PALABRAS QUE DESENCADENAN RESPUESTAS EMOCIONALES

Los problemas surgen cuando dejamos que el Sistema 1 gobierne todos nuestros procesos de toma de decisiones. El sistema 1 es casi automático y funciona con datos limitados. Siempre está dispuesto a detectar los vínculos causales más simplistas, lo que en algunos casos nos lleva a una imagen mental y luego a decisiones sesgadas – y lo que hace que demos tanta importancia a nuestras primeras impresiones. Para superar estas primeras impresiones, debemos esforzarnos por activar los procesos de pensamiento consciente que nos permitan eliminar estos prejuicios y formarnos una opinión firmemente anclada en la realidad.

En el caso del lenguaje[10], el Sistema 1 se encarga de producir una respuesta a determinadas palabras, de forma inconsciente y sin esfuerzo. Los expertos llaman a este proceso *activación asociativa*: una palabra leída o escuchada desencadena una idea, que a su vez activa otras ideas. El sistema 1 continúa entonces, de forma inconsciente y casi instantánea, produciendo asociaciones de ideas, y luego hace aflorar recuerdos, seguidos de respuestas emocionales. El lenguaje que oímos o utilizamos, nuestros recuerdos y emociones están, pues, íntimamente ligados.

UNA ESTIGMATIZACIÓN SOCIALMENTE ACEPTABLE

Asimilar la identidad de una persona únicamente a su consumo de drogas, etiquetándola como "drogadicta", equivale a negar su individualidad y deshumanizarla. Este estigma ampliamente compartido tiene un impacto negativo en la salud (física, mental y social) de los individuos, pero también influye en la sociedad en su conjunto.

Así, mientras que el estigma de la salud mental en general se considera una injusticia social digna de los esfuerzos de incidencia política para enfrentarla, la estigmatización de los consumidores de sustancias no sólo es legal, sino también cultural, social y políticamente aceptable en todo el mundo[11].

Esta realidad está ligada en gran medida a las **políticas punitivas** que convierten a las personas que consumen drogas ilegales en delinquentes, así como al **lenguaje peyorativo** utilizado ampliamente en el público en general, en los medios de comunicación y en algunos discursos políticos – todos estos factores estando, por supuesto, estrechamente relacionados y reforzándose mutuamente.



LA ESTIGMATIZACIÓN DE LOS CONSUMIDORES DE SUSTANCIAS NO SÓLO ES LEGAL, SINO TAMBIÉN CULTURAL, SOCIAL Y POLÍTICAMENTE ACEPTABLE

[10] *Por qué es importante el lenguaje que utilizamos para describir la salud mental* (inglés) - [acceso: septiembre 2022](#)

[11] *¿Son algunos de los estigmas de las adicciones culturalmente sancionados?* Corrigan P., Schomerus G., Smelson D., editorial, *The British Journal of Psychiatry*, 2017 (inglés) - [acceso: septiembre 2022](#)

LENGUAJE Y SEO

Cualquier organización presente en Internet y preocupada por llegar a su público objetivo, debe esforzarse por mejorar la visibilidad de sus sitios web posicionándose en los distintos motores de búsqueda.

El objetivo del SEO (Search Engine Optimization), o referenciación natural, no es sólo permitir que los usuarios de Internet interesados encuentren rápidamente nuestros servicios o artículos de información, sino también construir nuestra imagen de marca y hacer visibles nuestros sitios de manera sostenible. Entre las diferentes técnicas de SEO, la identificación y el uso de palabras clave es un paso muy importante: son las palabras o frases cortas que permiten al usuario de Internet encontrar nuestro contenido en línea. Por lo tanto, debemos asegurarnos de que nuestros distintos artículos contengan estas palabras clave y, para ello, **debemos utilizar el mismo lenguaje que el usuario de Internet.**

En los últimos años, Google ha comenzado a usar un proceso llamado *expansión de consulta*[12], lo que básicamente significa que el proceso de búsqueda analiza algo más que las palabras en la frase de búsqueda.

La expansión de consultas involucra técnicas como:

- Encontrar sinónimos de palabras, y buscar también por los sinónimos;
- Encontrar todas las diferentes formas morfológicas de las palabras involucradas en la búsqueda, aplicando técnicas de lematización (*stemming*);
- Reparar errores tipográficos y buscar automáticamente por la forma corregida o sugerirla;
- Ponderar los resultados según la relevancia.

Dentro de la expansión de la consulta, han desarrollado algo llamado contexto de consulta de búsqueda (search query context), lo que significa que el proceso intenta comprender el significado de la búsqueda, presentando así resultados más precisos.

A tener en cuenta: tanto la "expansión de búsqueda" como el "contexto de consulta de búsqueda" son solo aplicables al buscador de Google)

Si buscamos: "*tratamiento del abuso de drogas*" y luego "*tratamiento de los trastornos por uso de sustancias*", encontraremos que algunos sitios surgen para ambos, y otros no. Gran parte de esto también tiene que ver con cuánto contenido y su relevancia, existe en todo el sitio web. Sin embargo, podemos suponer que el uso de palabras o frases no estigmatizadoras no ofrece ningún valor añadido en términos de búsqueda en la web.

Como profesionales de las dependencias, tenemos el deber de ofrecer contenidos online serios y respetuosos. Al mismo tiempo, debemos esforzarnos por llegar a nuestra potencial audiencia para garantizar la sostenibilidad de nuestra organización. **¿Cómo conciliamos ambas cosas?**

[12] Ver el artículo Wikipedia sobre [expansión de consultas](#) o [Query Expansion](#) en inglés

LENGUAJE Y SEO

La propia naturaleza de este documento, como profesionales de las adicciones u otras partes interesadas, es concienciarnos de la influencia potencialmente negativa de las palabras que utilizamos para que podamos actuar en consecuencia y cambiar nuestra forma de hablar o escribir. En el ámbito de las adicciones, algunas de las palabras que se utilizan habitualmente - incluso por parte de las personas afectadas - se consideran muy estigmatizantes y, por lo tanto, nunca deberíamos utilizarlas.

Por otro lado, otras palabras que son consideradas estigmatizantes, o potencialmente estigmatizantes, por algunas organizaciones del sector, pueden ser utilizadas en los textos, dependiendo del contexto (y de las personas para las que escribimos), con el fin de facilitar la búsqueda con palabras clave. Sin embargo, siempre debemos intentar **respetar el principio de la persona primero**: por ejemplo, podríamos escribir "*persona drogodependiente*" en lugar de "*drogodependiente*" o del peyorativo "*drogadicto*".

Por último, lo más importante es utilizar el sentido común y el discernimiento: un artículo dirigido a los profesionales del sector no utilizará el mismo lenguaje que un texto de prevención dirigido a los jóvenes o un testimonio.

“
ALGUNAS
PALABRAS A VECES
CONSIDERADAS
COMO
ESTIGMATIZANTES
PUEDEN
UTILIZARSE EN LA
WEB, DEPENDIENDO
DEL CONTEXTO Y
DE LAS PERSONAS
PARA LAS QUE
ESCRIBIMOS



GLOSARIO Y RECOMENDACIONES

La lengua es inseparable de las sociedades humanas y de ella deriva su razón de ser. *"Mucho antes de servir para comunicarse, el lenguaje sirve para vivir"*[13]; nos permite transmitir nuestros pensamientos y emociones, estructurar y comprender el mundo que nos rodea y expresar nuestra experiencia y visión del mundo.

La lengua también cambia constantemente. Está influida por las aportaciones de otras culturas y por la necesidad de encontrar palabras y expresiones que reflejen nuestra sociedad. En las últimas décadas, los valores de la sociedad han cambiado gradualmente. Hemos tomado conciencia del poder de ciertas palabras y expresiones para deshumanizar a grupos enteros. Sin embargo, esta concienciación dista mucho de ser general, por eso, ya seamos un profesional de la salud, un periodista, un trabajador social o simplemente cualquier ciudadano o ciudadana, todos podemos ser actores del cambio.

LOS PRINCIPIOS DE UN LENGUAJE MÁS RESPETUOSO

Las palabras también cuentan

El lenguaje influye en las acciones. El uso de ciertas palabras estigmatizantes puede hacer que las personas se sientan fuera de lugar en los servicios de recepción y atención, lo que puede retrasar su acceso al diagnóstico y al tratamiento. Además, algunas de las expresiones favoritas de los periodistas o los políticos también pueden perpetuar los estereotipos, influir en la opinión pública y contribuir de esta manera, a reducir el apoyo de la comunidad a los programas de prevención y tratamiento.

"La persona primero"

Es importante utilizar un lenguaje que dé prioridad a la persona y que sitúe su propia identidad e individualidad por encima de cualquier otra característica, por ejemplo, *"una persona que consume drogas"*, *"una persona que vive con el VIH/SIDA"* (y no *"un usuario de drogas"* o *"un seropositivo"*). Este enfoque de reducción del estigma[14] va de la mano con el enfoque de atención centrada en la persona, que es la base de la relación de ayuda[15].

Estar abierto

Muestre empatía y apertura y anime a los demás a hacerlo. Si es importante para ti mantener una conversación con una persona, ve a por ella, aunque no siempre encuentres las palabras adecuadas. Si la persona sugiere, o exige, que corrijas tu forma de hablar, no te pongas a la defensiva y trata de entender su punto de vista.

La persona experta

Las personas que consumen drogas son expertas en sus propias vidas. Intenta construir una relación de igualdad con ellos, teniendo en cuenta sus opiniones, perspectivas y experiencias, sin tratar nunca de imponer tus propios valores.

[13] Cita de Emile Benveniste, lingüista francés

[14] *Elegir un lenguaje adecuado para reducir el estigma que rodea a las enfermedades mentales y los trastornos por consumo de sustancias*, N.D. Volkow, J.A. Gordon, G.F. Koob, in *Neuropsychopharmacology*, 46 (inglés) [ver artículo](#)

[15] *¿Qué es el enfoque centrado en la persona?* (inglés) [Center for studies of the person](#)

LOS TÉRMINOS A UTILIZAR, O A EVITAR

Este breve léxico es una herramienta de trabajo para todas las personas que trabajan en el campo de las adicciones o que pueden tener que interactuar con personas que consumen drogas, así como para los responsables del diseño y la aplicación de programas, servicios y políticas relacionados con las drogas.

Su objetivo es ayudar a establecer buenas prácticas de comunicación en sus relaciones con los consumidores, los usuarios de los servicios, las asociaciones o instituciones colaboradoras, otros profesionales de la salud, los medios de comunicación, etc., con el fin de participar en un esfuerzo común de lucha contra la estigmatización de las personas que consumen drogas.

TÉRMINOS ASOCIADOS A LAS PERSONAS QUE CONSUMEN O HAN CONSUMIDO DROGAS

TÉRMINOS ESTIGMATIZANTES



Lo que hay que decir

Lo que ya no debe decirse

¿Por qué?

Persona que utiliza o consume drogas o sustancias



Drogodependiente

El término "drogodependiente" sigue siendo muy utilizado en los medios de comunicación y en la literatura, pero puede percibirse como estigmatizante (etiqueta negativa), por lo que debe evitarse, aunque la connotación peyorativa es menor si la palabra va precedida de "persona", como en "persona drogodependiente"

Persona con problemas relacionados con las drogas, persona con un trastorno por consumo de sustancias (según el contexto)

Drogata, adicto yonqui, etc.

Estos términos deben evitarse siempre, al igual que el resto de la jerga para referirse a las personas que consumen drogas

Persona con problemas relacionados con el alcohol, Persona con trastorno por consumo de alcohol

Alcohólico

El término ha adquirido una connotación peyorativa (mucho más que el sustantivo "alcoholismo") y debe evitarse

Persona que ha consumido drogas /tiene un historial de consumo de drogas. Persona con antecedentes de trastorno por consumo de alcohol

Antiguos o ex-adictos, ex-drogodependiente / antiguos o ex-alcohólicos

Deben evitarse todas las palabras de la jerga y en general todas las palabras peyorativas (etiqueta negativa)

TÉRMINOS ASOCIADOS A LAS PERSONAS QUE CONSUMEN O HAN CONSUMIDO DROGAS

TÉRMINOS QUE DEBEN UTILIZARSE CON PRECAUCIÓN

Los términos enumerados en esta sección y en las siguientes no se consideran necesariamente estigmatizantes, sin embargo, cuando se trata de lo que es estigmatizante y lo que no lo es, el sentimiento es subjetivo, por lo tanto, al discutir con las personas, siempre es bueno seguir el principio de apertura y cumplir con sus sugerencias.



Preferiblemente se dirá	A utilizar con precaución	¿Por qué?
Persona que utiliza sustancias, persona que consume drogas	Usuario de drogas 	El estigma consiste en reducir la identidad de una persona a una única etiqueta distintiva (y negativa): en este caso, su consumo de drogas. Es mejor utilizar una expresión que muestre que el consumo de drogas no define a la persona, que también puede ser pianista, por ejemplo, aficionada al fútbol o abogado/a
Persona con problemas relacionados con las drogas, con un trastorno por consumo de sustancias (según el contexto)	Usuario problemático de drogas	El término puede considerarse estigmatizante (marca distintiva), además, puede sugerir que es el consumidor el que es problemático y no su relación con las sustancias
Persona que ha consumido drogas /tiene un historial de consumo de drogas, persona con antecedentes de trastorno por consumo de sustancias (según el contexto)	Antiguo / ex-usuario de drogas	Ver la explicación más arriba (usuario de drogas)
Persona que utiliza ocasionalmente drogas/con consumo ocasional de drogas Persona que consume sustancias por motivos no médicos (depende del contexto)	Usuario recreativo de drogas 	El término puede describir a una persona cuyo consumo de drogas tiene poca repercusión en la salud o la vida social, como compartir una copa con amigos adultos. Por otro lado, puede ser considerado estigmatizante por las personas que consumen drogas para automedicarse (por ejemplo, para aliviar el dolor), que pueden sentir que sus dificultades no se toman en serio

TÉRMINOS ASOCIADOS AL CONSUMO DE SUSTANCIAS

TÉRMINOS ESTIGMATIZANTES



Lo que hay que decir	Lo que ya no debe decirse	¿Por qué?
<p>Uso/consumo problemático de sustancias, de drogas, uso de riesgo</p> 	<p>Abuso de sustancias, uso indebido de sustancias / de drogas</p> 	<p>El término "uso indebido" o "abuso de drogas/sustancias" es vago y no describe ninguna realidad médica; además, debe evitarse la palabra "abuso", ya que implica un comportamiento negativo o delictivo deliberado, o incluso una quiebra moral, como se refleja, por ejemplo, en las expresiones "abuso sexual", "abuso de confianza" y otras.</p>
<p>Trastorno por consumo de sustancias[16] (si se demuestra clínicamente), drogodependencia</p>	<p>Drogadicción</p>	<p>Heredado del inglés 'drug addiction', el término ha adquirido una connotación socialmente peyorativa por su asociación con la delincuencia</p>
<p>Consumo de medicamentos recetados</p>	<p>Abuso de medicamentos recetados</p>	<p>La palabra abuso debe evitarse por la razón expuesta anteriormente. Además, el término no tiene en cuenta los riesgos potenciales asociados al consumo de medicamentos en cumplimiento de la prescripción médica (especialmente, los medicamentos opioides)</p>
<p>Sustancias o drogas utilizadas</p>	<p>Droga de elección</p>	<p>El término puede restar importancia a la gravedad potencial del consumo de sustancias de una persona concreta, al dar a entender que su consumo es simplemente una elección personal. En el contexto de la intervención, es mejor preguntar qué sustancia(s) consume la persona</p>

[16] El *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5)* combina los diagnósticos de abuso de sustancias y dependencia de sustancias de la versión anterior (DSM-4), ya descontinuados, en un único diagnóstico nuevo de trastorno por consumo de sustancias, incluido en la sección "*Trastornos adictivos y por consumo de sustancias*" y medido en un contínuo de leve a grave

TÉRMINOS ASOCIADOS AL CONSUMO DE SUSTANCIAS

TÉRMINOS QUE DEBEN UTILIZARSE CON PRECAUCIÓN



Preferiblemente se dirá	A utilizar con precaución	¿Por qué?
Ausencia de uso de drogas, de uso de sustancias	Abstinencia	El término describe un estado de cosas, el de abstenerse de consumir alcohol u otras drogas, y por tanto no es peyorativo ni estigmatizante. Sin embargo, algunos pueden considerarlo como un imperativo moral cuestionable, por ejemplo: un programa de tratamiento que mide el éxito sólo por la "abstinencia"
Consumo o uso de riesgo, trastorno por consumo de sustancias (si se demuestra clínicamente)	Uso problemático de drogas	El término es impreciso, y a menudo se pasa de un uso problemático a un "usuario problemático", término que siempre debe evitarse
Uso ocasional/uso no médico	Uso recreativo de drogas/sustancias, drogas recreativas	Véase el cuadro anterior: <i>usuario recreativo de drogas/sustancias</i>
Dependencia a las drogas, trastornos adictivos	Adicción, adicción a las drogas/sustancias 	Algunas organizaciones anglófonas (incluidas asociaciones de personas que utilizan drogas[17]) consideran que el término "adicción" es estigmatizante por su asociación con el "modelo de enfermedad" basado, en su opinión, en síntomas arbitrarios que sólo etiquetan a las personas como enfermas, peligrosas y sin fuerza de voluntad. Véase la posición de Dianova al respecto[18]
Atracones de alcohol	"Binge drinking"	El "binge drinking" es una modalidad de beber que consiste en la ingesta continuada de alcohol sin apenas pausas en un período muy corto de tiempo - el término no es estigmatizante en sí mismo, pero se puede evitar el anglicismo
Trastorno por consumo de alcohol	Alcoholismo	La palabra "alcoholismo" sigue siendo muy utilizada en los medios de comunicación, aunque no describe con precisión el continuo de comportamientos de consumo excesivo de alcohol y, por tanto, debería evitarse (a nivel internacional, el término se utiliza cada vez menos en contextos clínicos y de investigación)

[17] Drug War Peace (2014) International Network of People who Use Drugs (INPUD), [acceso: octubre 2022](#)

[18] El término "adicción" hace referencia a un conjunto de síntomas que incluyen un menor control sobre el consumo, problemas sociales, consumo de riesgo y dependencia física. La palabra "dependencia" describe un fenómeno físico, el de la respuesta del organismo a una sustancia determinada. Según Dianova, los dos términos describen realidades diferentes y ambos tienen su utilidad. Por último, el término también se aplica a comportamientos adictivos "sin sustancias", como la ludopatía.

TÉRMINOS ASOCIADOS A LAS VÍAS DE RECUPERACIÓN Y A LOS MERCADOS DE LAS DROGAS

TÉRMINOS ESTIGMATIZANTES



Lo que hay que decir

Lo que ya no debe decirse

¿Por qué?

Fenómeno de las drogas, fenómeno mundial de las drogas



Problema de las drogas, problema mundial de las drogas

Utilizado desde hace décadas por las organizaciones internacionales (véase el UNGASS 2016 sobre el "*problema mundial de las drogas*"), el término es rechazado por las asociaciones y los actores sobre el terreno porque implica que las drogas (sobrentendido las drogas ilegales en particular) siempre son un problema que debe combatirse, en lugar de gestionarse eficazmente. Además, el término se basa en una visión exclusivamente represiva del fenómeno, sin incluir los aspectos de prevención o los relacionados con los usos terapéuticos de las sustancias (alivio del dolor, etc.)

Resultado negativo de prueba

Resultado "limpio"

En inglés, las palabras "clean" (limpio) y "dirty" (sucio) se utilizan con frecuencia para describir los resultados de las pruebas de drogas. Estos términos son muy estigmatizantes y sugieren un juicio de valor. En español también debe evitarse la palabra "limpio"

La persona decide no recibir atención, no está lista para empezar un tratamiento



No motivado, no motivada

Estos términos tienen una connotación negativa, ya que implican que el comportamiento de la persona refleja necesariamente malas elecciones y algún tipo de fracaso personal. La elección de las personas y su voluntad o capacidad de beneficiarse de los servicios ofrecidos deben respetarse en un enfoque que pretende "llevar a la persona donde está", no donde nos gustaría que estuviera

Responder al fenómeno de las drogas, aplicar y actuar sobre...



Guerra a las drogas, combatir / luchar contra las drogas

Los términos asociados a la lucha, el combate o la guerra implican entrar en conflicto con algo malo ("el enemigo es la droga"). En este caso, la línea entre "luchar contra las drogas" y "luchar contra las personas que consumen drogas" es muy difusa, lo que puede llevar a las personas a sentirse estigmatizadas y marginadas. Históricamente, además, no se trata de un mero sentimiento: en la década de 1980, la declaración de Richard Nixon de una "guerra contra las drogas" se transformó rápidamente en una "guerra contra las personas que consumen drogas", con las personas de los barrios pobres, en su mayoría negras, como víctimas prioritarias

TÉRMINOS ASOCIADOS A LAS VÍAS DE RECUPERACIÓN Y A LOS MERCADOS DE LAS DROGAS

TÉRMINOS QUE DEBEN UTILIZARSE CON PRECAUCIÓN



Preferiblemente se dirá	A utilizar con precaución	¿Por qué?
Usuario del servicio, participante 	Paciente	La palabra puede evocar para algunas personas una forma de dominación o de poder que ejercen sobre ellas los terapeutas y el mundo médico. Además, se asocia al propio concepto de "enfermedad de la adicción", que sigue siendo controvertido, en particular por las asociaciones de personas que utilizan drogas
Usuario del servicio, participante	Cliente	Según algunas personas, la palabra "cliente" puede considerarse un término peyorativo que designa una relación contractual "fría" basada en un intercambio monetario. Para otras, sin embargo, indica simplemente el estatus de una persona que recibe un servicio determinado
Usuario del servicio, participante	Beneficiario/a	Según algunas personas, esta palabra implica que la persona o la comunidad es la receptora pasiva de una ayuda que necesariamente le beneficia, lo que puede no ser correcto. Además, referirse al destinatario de un servicio como "beneficiario" podría parecer que avala una dinámica de poder que no permite promover sistemas de apoyo basados en el empoderamiento de las personas
Recurrencia o reanudación del consumo	Recaída	Aunque se utiliza con frecuencia, el término puede ser estigmatizante ya que implica un fracaso o incluso la elección de volver a consumir. La reanudación del consumo de drogas tras un periodo de cese es un fenómeno común debido a la naturaleza crónica y recurrente de los trastornos por consumo de sustancias y al carácter no lineal del proceso de recuperación
Tratamiento/terapia con agonistas opiáceos, terapia de mantenimiento con metadona, buprenorfina	Tratamiento de sustitución	El término parece implicar que los fármacos utilizados simplemente sustituyen una droga, o incluso una adicción por otra, lo cual no es cierto. Solo ayudan a restablecer el equilibrio del cerebro, permitiendo al paciente avanzar hacia la recuperación
Mercado ilegal de drogas	Drogas ilícitas, mercado negro, mercado ilícito de drogas	Ilícito significa "prohibido o condenado por la ley o la moral", por lo que es mejor utilizar la palabra "ilegal", que es neutra y no tiene ninguna connotación moral
Servicios de atención directa	Servicios de primera línea	El término "primera línea" para describir el trabajo de los profesionales en contacto directo con las personas debe evitarse por su asociación con el vocabulario militar

RECURSOS

- [Words Matter](#), Terms to Use and Avoid When Talking About Addiction – *National Institute on Drug Abuse*
- [Communicating about substance use in compassionate, safe and non-stigmatizing ways, Parler de la consommation de substances de manière humaniste, sécuritaire et non stigmatisante](#) – *Public Health Agency of Canada* (Agencia de Salud Pública de Canadá) (2020)
- [Glosario para discutir sobre sustancias psicoactivas y política de drogas](#) (2021)
- [Overcoming Stigma through Language, Se servir des mots pour surmonter la stigmatisation](#) – *Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances* (Centro Canadiense de Dependencias y Consumo de Sustancias) (CCSA), *Community Addictions Peer Support Association* (Asociación Comunitaria de Apoyo a la Adicción entre Pares) (CAPSA)
- [Parler pot avec les jeunes, Talking Pot with Youth](#) – *Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances* (Centro Canadiense de Dependencias y Consumo de Sustancias) (CCSA) (2020)
- [Cómo mejorar la información sobre las adicciones](#), una guía de Proyecto Hombre para periodistas (2022)
- [Stigmatisation de la consommation de drogues, Stigma around Drug Use](#) – página web del Gobierno de Canadá
- [Words Matter!](#) Language Statement & Reference Guide, International Network of People Who Use Drugs (INPUD), Asian Network of People who Use Drugs (ANPUD) (2020)
- [Understanding Substance Use Health: A Matter of Equity, Comprendre la santé en matière d'usage de substances, une question d'équité](#) – *Community Addictions Peer Support Association* (Asociación Comunitaria de Apoyo a la Adicción entre Pares) (CAPSA) (2022)

¿QUIÉNES SOMOS?
¿SOMOS SOMOS?

Una presencia mundial, un compromiso común para el progreso social

Dianova es una red de organizaciones que trabajan en cuatro continentes. Sus miembros desarrollan programas y servicios en el ámbito de la salud y las adicciones, la educación y formación, así como otras iniciativas destinadas a mejorar la vida de las personas y comunidades en situación de vulnerabilidad.

Así mismo, Dianova trabaja en los organismos y foros internacionales para defender sus derechos e incidir en las políticas de drogas, salud y derechos humanos.

25 años mejorando la vida de las personas y comunidades

CONTACTO

Dianova International

Calle Pintor Serra Santa 15A, 1º 3ª
E-08860 Castelldefels, Barcelona (España)

dianova@dianova.org

Tfno.: +34 93 63 65 730