

CONSENSO sobre el CONCEPTO de ADICCIÓN

SOCIDROGALCOHOL

diciembre 2017

1. Las drogas son sustancias que tienen potencial adictivo. Que se llegue a desarrollar una adicción depende de diversos factores individuales y ambientales. Cualquier persona puede desarrollar una adicción, tanto a drogas como a comportamientos (juego), si se encuentra sometida a estos factores, que incrementan la vulnerabilidad hacia la adicción, pues nadie la elige. Dado que la mayoría de personas que usan drogas, legales o ilegales, no desarrollan una adicción (se calcula que solo un 10%), cuesta comprender que haya algunas que no puedan controlar su consumo. Comprenderlo resulta más sencillo cuando se entiende el concepto de adicción.

2. Las drogas y determinados comportamientos activan el llamado circuito de recompensa cerebral y producen sensaciones agradables de bienestar, euforia o relajación. Además, se produce un condicionamiento adictivo, que se adquiere de manera progresiva, como consecuencia de la coincidencia reiterada del consumo de la sustancia con sus efectos reforzadores inmediatos. El condicionamiento adictivo es mucho más que costumbre o hábito, pues se pierde libertad para escoger entre diversas respuestas y se tiende a responder siempre con la misma ante un determinado estímulo. Son respuestas más o menos automáticas de búsqueda y consumo, siendo muy difícil resistirse a consumir en determinadas situaciones. Cuanto más grave es la adicción, mayor es también el deterioro del autocontrol y más "robotizada" es la conducta de consumir, y hacerlo moderadamente es muy difícil por la dificultad para controlar.

3. La adicción no puede ser separada de sus contextos familiares, económicos, psicológicos, culturales, políticos, legales...; no es solo una consecuencia del mal funcionamiento cerebral, ni de los cambios que efectivamente se producen en el cerebro. Las condiciones ambientales ponen en diferente contacto a las personas con las drogas, y además de los factores individuales (biológicos y de aprendizaje), determinan la vulnerabilidad a la adicción.

4. Las adicciones constituyen, según la Organización Mundial de la Salud, un trastorno mental y no un problema de voluntad o vicio. Y tienen consecuencias negativas para la salud física y mental, las relaciones interpersonales, el trabajo, los ingresos económicos, el alojamiento, y la propia libertad y autonomía.

5. La adicción es un complejo trastorno biológico, psicológico y social que necesita ser guiado por varias aproximaciones clínicas y de salud pública. Gracias a considerarla como un trastorno mental y no un vicio, se han desarrollado medidas preventivas, tratamientos y políticas de salud pública eficaces para abordarla.

6. La prevención debe fundamentarse en actuar sobre los factores que favorecen la adicción y en estimular los que protegen de su aparición. Detectar precozmente y tratar lo antes posible los trastornos adictivos resulta más sencillo y efectivo, ya que puede evitar la cronificación de la

adicción y prevenir las consecuencias negativas relacionadas con la desadaptación sociofamiliar y la salud (física y mental).

7. La mayoría de las personas con una adicción no han hecho nunca un tratamiento. Al tomar sus propias decisiones, en muchas ocasiones en lugar de recuperarse se van “hundiendo” progresivamente. Por ello, en muchos casos requieren un tratamiento especializado por parte de un equipo de diversos profesionales (médicos, enfermeras, psicólogos, psiquiatras, trabajadoras sociales...) expertos en conductas adictivas, ya que las consecuencias de la adicción tienen repercusiones biológicas (modificaciones neurobiológicas en cerebro), psicológicas (cambios cognitivos, conductuales y emocionales) y sociales (familiares, económicas, laborales y legales).

8. Son factores biopsicosociales los que intervienen en la génesis de la adicción y en su mantenimiento, y también las consecuencias son biopsicosociales, lo que hace necesaria la intervención multidisciplinar. Precisamente es este enfoque multicausal el que permite explicar de manera interactiva el desarrollo de un proceso adictivo y al mismo tiempo realizar un abordaje integral. En este modelo integrador se da la misma prioridad a todas las dimensiones de la persona, individualizando el tratamiento y centrándolo en ella y no en las sustancias. Por ello ya son décadas de estrecha colaboración entre distintas disciplinas en el campo de las adicciones.

9. Como la adicción no es una “enfermedad contagiosa”, es fundamental el papel activo de la persona en cualquier momento del proceso adictivo, tanto para dejar el consumo de manera espontánea (“recuperación natural”) como en la propia recuperación durante el tratamiento, implicándose en las técnicas motivacionales, de deshabitación psicológica y de prevención de las recaídas. La adicción es un proceso perfectamente recuperable, por grave que sea. La adicción es tratable, y el mejor tratamiento es aquel que combina intervenciones psicosociales con medicación.

10. Reducir el estigma sobre las personas que sufren una adicción favorece tanto su incorporación a un tratamiento especializado como su posterior recuperación. Las personas con adicciones deben tener fácil acceso a un modelo asistencial multidisciplinar y a recibir una asistencia integral y de calidad, basada en el conocimiento científico, y en igualdad de condiciones que el resto de usuarios del sistema sociosanitario, evitando así que se les estigmatice.