



ADICCIONES

La adicción tiene base biológica, psicológica y social, por lo que, las causas que nos vamos a encontrar son múltiples e interactúan unas con otras derivando en un desorden adictivo.

En todos los tipos de adicción podemos observar una serie de características comunes; si bien es cierto que luego en cada persona los desordenes que hayan causado la adicción adquirirán matices derivados de la historia personal y familiar de cada uno.

El proceso de las adicciones

Desde que una persona inicia un contacto con una sustancia susceptible de crear dependencia, hasta que esta dependencia queda instaurada, la persona pasa por un proceso que se prolongará en el tiempo de forma variable

A la dependencia no se llega de forma repentina, sino que es un proceso en el que la persona va dando pasos según los resultados que obtenga en las fases anteriores, es decir, la drogodependencia es también un aprendizaje que realiza la persona, en el que por supuesto, el entorno y las sustancias también tienen su importante contribución.

La persona realiza varios aprendizajes hasta que llega a ser dependiente:

- Uso de la sustancia (modo de empleo, vía de administración, dosis, frecuencia).
- Percepción de los efectos: aunque en ocasiones está informado de los efectos que puede conseguir, necesita saber por propia experiencia qué sensación debe sentir. Estos efectos una vez conocidos, pueden ser la búsqueda de otros consumos.
- Al disfrutar de la experiencia del consumo, se derivan una serie de consecuencias que satisfacen o no las expectativas puestas por el individuo en ese consumo. Si son positivas, es decir, si se satisface la necesidad inicial que motiva el consumo, se producirá una tendencia a repetirlo; por el contrario, si no es así, lo natural será esperar que ese consumo no se repita.
- A partir de este momento, si se continua con el consumo, se irán produciendo fases en las distintas formas de consumo anteriormente desarrolladas: experimental, ocasional, habitual...

En cada una de ellas se irán realizando diferentes aprendizajes: lugares, personas o situaciones que le proporcionen accesibilidad a las sustancias con mayor estabilidad, nuevo estilo de vida...

En un primer momento se busca más la vivencia de nuevas experiencias para ser compartidas con otros. Después, cuando ya se conocen los efectos, se busca alguno de ellos de forma especial, pudiendo llegar a situaciones en las que, apoyándose en las drogas, la persona enfrenta acontecimientos personales y sociales, que sin las sustancias sería incapaz de hacerlo.

Cuantas más necesidades y situaciones de conflicto se intenten superar a través del consumo de drogas, más posibilidades habrá de que éste genere un problema de dependencia.

Es importante señalar que, desde cada uno de estos diferentes momentos del proceso para la adquisición de una adicción, se puede siempre avanzar a otras fases, permanecer por algún periodo de tiempo variable en alguna de ellas o retroceder a situaciones iniciales al margen del consumo.

Cuando alguien inicia un contacto con las drogas, establece con estas sustancias un proceso de relación que es siempre reversible desde cualquier punto en que se encuentre de él. Especialmente en las situaciones de inicio de consumo, lo más frecuente es que se experimente con la sustancia pero que se abandone su uso sin que llegue a evolucionar hacia consumos más problemáticos.

>>>>> [Enlace a Hablemos de drogas](#)

Características de la adicción

A continuación mostramos los síntomas que se observan en las adicciones. Pueden mostrarse todos juntos aunque no en todas las ocasiones se tienen que presentar en su totalidad, además según se avanza en el proceso adictivo pueden ir variando tanto en intensidad como en su aparición en el tiempo.

- Se pierde el control con respecto al uso.
- Se invierte cada vez más y más tiempo y energía en la conducta adictiva.
- Manejo dificultoso y deterioro progresivo de todas las áreas su vida, debido a las consecuencias negativas de la constante práctica adictiva. Su preocupación se centra prioritariamente en todo aquello relacionado con la adicción.
- Un marcador importante para realizar el diagnóstico es que pese al daño personal y familiar derivado de la adicción, se continúa con la conducta adictiva.
- Uso de la negación/ autoengaño/ minimización/ justificación como medio de obviar las consecuencias de su conducta y reducir la ansiedad. Este engaño va acompañado de un tipo de memoria selectiva, donde lo que sucede es que se recuerda la euforia derivada del uso pero no los momentos malos.
- Junto a la negación se dan distorsiones del pensamiento generadas por las creencias adictivas (son la raíz del desorden por lo que es un factor importante que hay que detectar a poder cambiar en el proceso de rehabilitación). Lo que hacen es permitir al adicto a justificar su conducta para poder aliviar la adicción y en consecuencia, ese alivio inicial lo que provoca es que se siga produciendo dicha conducta y se mantenga en la espiral del consumo. Cuando hablamos de distorsiones podemos encontrar diversos tipos como son: dicotomía (desde la rigidez, verlo todo blanco o negro) y preocupación constante entre otros. También se observan distorsiones afectivas en cuanto a que dejan de tolerar algunas emociones y muestran dificultad para identificar e interpretar sentimientos.
- A lo largo del proceso adictivo se va creando una conducta de búsqueda relacionada con la acción adictiva, es decir, acercamiento a personas, lugares o situaciones donde se realiza la conducta de riesgo, produciendo un aumento del deseo de consumir que actúa de disparador de la conducta. Al dispararse el deseo comienza la

ansiedad hasta poder llevarla a término; estos deseos, que se producen de forma automática, siguen dándose aún cuando la persona lleva tiempo de rehabilitación.

Tipos de adicciones

Todas las adicciones tienen una base prácticamente similar, de manera que se pueden presentar los mismos síntomas en una adicción al tabaco, como a la cocaína o bien, a la comida o a las nuevas tecnologías. Esto por llamativo que parezca es así ya que activa el mismo sistema de recompensas (estimulación del sistema dopaminérgico mesolímbico) ya sea en un adicción a una sustancia o conducta.

- Adicciones de conducta: al juego, sexo, trabajo, Internet, sectas, religión, relaciones (codependencia).
- Adicciones de ingestión (química): alcohol, nicotina, cocaína, marihuana, opio, sedantes e hipnóticos, anfetaminas, éxtasis y heroína.
Adicciones de ingestión (comida): anorexia, bulimia, comedor compulsivo.