

Universidad de la Habana

Facultad de Psicología.

Apuntes sobre adicciones a las drogas.

Santiago Fernández Godoy.

La Habana; marzo del 2002.

ALGO SOBRE ADICCIONES A LAS DROGAS.

Criterios para determinar un consumo adictivo.

Presentamos a continuación algunos de los elementos diagnósticos estipulados en el DSM- IV, 1994 y CIE 10 que nos permiten establecer si una persona pudiese estar presentando señales de adicción con respecto a algunas de las sustancias. Es importante recalcar que estos criterios actúan sólo como indicadores y quien debe determinar el diagnóstico debe ser un profesional especializado en el tema.

Criterios Diagnósticos de Abuso de Sustancias Psicoactivas (DSM-IV, 1994)

- Consumo recurrente de estancias que da lugar al incumplimiento de obligaciones en el trabajo, la escuela o en la casa (por ejemplo: sustancias repetidas o rendimiento pobre relacionados con el consumo de sustancias, ausencias, suspensiones o expulsiones de la escuela relacionadas con la sustancia, descuido de los niños o de las obligaciones de la casa).
- Consumo recurrente de la sustancia relacionada con la sustancia (por ejemplo: arrestos por comportamientos escandalosos debido a la sustancia).
- Consumo continuado de la sustancia, a pesar de tener problemas sociales continuos o recurrentes problemas interpersonales causados o exacerbados por la sustancia por ejemplo: discusiones con la pareja acerca de las consecuencias de la intoxicación, o violencia física).

Criterios de Dependencia a Sustancias Psicoactivas (CIE 10, 1994):

En los doce meses previos han estado presentes tres o más de los rasgos siguientes:

- **Deseo intensivo** o vivencia de una compulsión a consumir sustancia.
- **Disminución de la capacidad para controlar** el consumo de una sustancia o alcohol, unas veces para controlar el comienzo y otras para controlar la cantidad consumida.
- Síntomas Somáticos de un síndrome de abstinencia, cuando el consumo de la sustancia se reduce o cesa, confirmado por: el síndrome de abstinencia característico de la sustancia, o el consumo de la misma sustancia o de otra muy próxima, con el objeto de aliviar o evitar los síntomas de abstinencia.
- **Tolerancia**, de tal manera que se requiere un aumento progresivo de las dosis de la sustancia para conseguir los mismos efectos que originalmente producían dosis más bajas. Son ejemplos claros de dependencia del alcohol y a los opiáceos, en las que hay individuos que pueden llegar a ingerir dosis suficientes para incapacitar o provocar la muerte en las que no está presente la tolerancia.
- **Abandono progresivo de otras fuentes de placer o diversiones**, a causa del consumo de la sustancia; aumento del tiempo necesario para obtener o ingerir la sustancia o para recuperarse de sus efectos.
- **Persistencia en el consumo de la sustancia a pesar de sus evidentes consecuencias perjudiciales**, tal y como daños hepáticos por consumo excesivo de alcohol, estados de ánimo depresivos consecutivos a períodos de consumo elevado de una sustancia o deterioro cognitivo secundario al consumo. Debe investigarse a fondo si la persona que consuma la sustancia es consciente, o puede llegar a serlo de la naturaleza y gravedad de los perjuicios.

Algunas reflexiones sobre la prevención al consumo de drogas:

El consumo de drogas, un problema de honda preocupación para, los padres, jóvenes, la sociedad. ¿Por qué decir no? Las drogas pueden ser atractivas para muchas personas que las usan como placer artificial, para olvidar sus problemas, para relajarse. Muchas son también las situaciones en que se nos ofrecen o tenemos la posibilidad de consumirlas.

Entonces...

¿Por qué decir que no?

Prevención – padres Las **drogas...** una preocupación de todos.

Importancia de la familia; aprenda a escuchar realmente a sus hijos:

Temor, incertidumbre, desorientación son, tal vez, las reacciones más comunes. Es muy frecuente escuchar que las drogas están en todas partes y que el consumo está aumentando. Por lo tanto es importante señalar que existen formas efectivas de prevención al consumo indebido de drogas y sus consecuencias negativas.

¿Qué importancia tiene la familia para prevenir el consumo?

¿Cómo podemos prevenir el consumo de drogas en nuestros hijos?

La familia debe establecer normas claras y consistentes, como a la vez dialogar con los hijos sobre las drogas, no dejando de lado la necesaria comunicación, siendo claros y consistentes, mostrando afecto, manteniendo una posición clara e involucrándose en la problemática.

¿Qué hacer frente al consumo? ¿Qué hacer si una persona querida tiene problemas con drogas? ¿Qué hacer si un amigo o familiar es adicto? ¿Cómo saber si un amigo o familiar está en problemas de droga?

Es muy importante tomar en cuenta que el consumo de drogas se puede producir por muy diferentes causas y motivaciones. El deseo de sobresalir, de evadir un problema, de experimentar nuevas sensaciones, de sentirse aceptado por otros, de ser distinto, como manifestaciones de rebeldía, etc.

Droga es cualquier sustancia que, una vez introducida en el organismo a través de distintas vías (nasales, inyectada, fumada o tragada), tiene capacidad de provocar cambios en su funcionamiento, los que se manifiestan a través de alteraciones físicas y psicológicas. La organización Mundial de la Salud (OMS) identifica a la “Droga”, como cualquier sustancia natural o sintética que al ser introducida en el organismo altera la actividad psíquica y mutila la conciencia del individuo.

¿Qué hacer si nuestro hijo o alumnos comienzan a fumar?

1. ¿Nosotros fumamos? ¿Sabemos que es muy nocivo para la salud? ¿Sabemos porque fumamos? ¿Queremos dejar de fumar? ¿Qué nos impide?

2. Si fumamos tenemos muy difícil decirle a nuestro hijo que no es bueno para la salud y no vale decirle que es muy joven. Reconocer nuestras dificultades con el tabaco puede ser un primer paso.
3. Pude ser una ocasión de oro para dejar de fumar y dar el ejemplo a nuestros alumnos hijos, ¿ayudándonos todos es tan difícil tarea?
4. No podemos evitar que fumen, excepto en casa y cuando estemos delante. Podemos prohibirle fumar en casa o limitarles espacios para que no perjudiquen a los demás.
5. Informarles de los peligros del tabaco y apelar a su responsabilidad consigo mismos, declarando nuestra impotencia para ayudarles si ellos no quieren dejar de fumar.
6. Evitar discusiones y peleas estériles sobre el tema.

¿Qué hacer si nuestro hijo viene borracho a casa?

1. Atenderle y cuidarle. Preguntarle- sin tono crítico- si sólo ha tomado alcohol o lo ha mezclado con otras sustancias. Preguntarle si lo que ha tomado puede justificar llamar al médico o no. Si no es necesario llamar al médico, ayudarle a vomitar, por ejemplo con café con sal, darle una manzanilla, una ducha y meterlo a la cama. No es el momento de hablar ni cuestionarle sino de atenderle. Si se le ve muy mal o lo solicita, llamar al médico o llevarle a urgencia.
2. A la mañana siguiente: dejarle dormir, luego hablar con él sobre cómo se siente; preguntarle qué es lo que le pasó, averiguar si es la primera vez. Se trata de recoger información de la situación para entender qué lo llevó a beber sin control. Es necesario mostrar preocupación, pero no ser alarmista ni criticar. Lo importante es ayudar a nuestro hijo en un clima de confianza que sirva para prevenir situaciones similares, el pasado no se puede cambiar y censurárselo hará que se cierre en sí mismo y no podamos ayudarle.
3. Ya recuperado, decirle que conviene aprender a beber con control, aprender a cuidarnos. Explorar a fondo si tiene algún problema que lo agobia y del que pretende huir bebiendo. Decirle que el alcohol no es malo si se bebe con moderación, pero que puede ser muy dañino si abusamos: por ejemplo accidentes de auto o caídas graves, realizar actos que no deseamos en estado sobrio, etc.... y cómo eso nos llena a sentirnos mal, avergonzados, culpabilizados.
4. En todo momento la actitud debe ser receptiva, sin dramatismo, permitiendo a nuestros hijos hablar con absoluta sinceridad. Es tan importante lo que nos cuenta como lo que le digamos.
5. No podemos evitar que beba fuera de casa, pero debemos tomar medidas si persiste en esa conducta sin deseo de cambio, o recurriendo a profesionales que ayuden a resolver el problema.

A la familia, como grupo primario de todo individuo y como lugar de satisfacción de las necesidades básicas, gratificación de las necesidades afectivas y donde se determina la autoestima, la autovaloración del individuo y el elemento primario de su socialización y transmisión de la cultura, le dedicamos especial atención.

El efecto del alcohol produce un comportamiento inconsciente en las personas (se afecta la corteza cerebral y funciona a nivel subcortical), cuando esto ocurre raras veces los individuos que rodean al alcohólico (vecinos, compañeros de trabajo) tienden a ser indulgentes, pero cuando ello pasa a formar parte del estilo de vida del alcohólico, aparecen las críticas, menosprecio, hostilidad, rechazo y el individuo es etiquetado prejuiciosamente como delincuente, tarado, vicioso, débil moral o carente de voluntad.

Conclusiones.

- En los alcohólicos la principal neoformación es el alcoholismo, es decir, la dependencia a esta droga, subordinándose a ella otras neoformaciones como la madurez, la responsabilidad, la extensión del sí mismo, relaciones emocionales estables con los demás, individualidad- identidad, aceptación del sí mismo, libertad, eficacia y perseverancia en el alcance de las metas, capacidad de percibir objetivamente el mundo y a sí mismo, filosofía unificada de la vida.
- El no apoyo, el rechazo al alcohólico por parte de su familia, refuerzan en él la vivencia de frustración ante el no cumplimiento del rol paterno y de esposo, que será aún mayor si tiene prejuicios de que el hombre debe ser el sostenedor de necesidades básicas en su hogar.
- Eventos vitales como el divorcio, la partida de los hijos, la muerte de seres queridos repercute significativamente en el alcohólico, reforzando sus vivencias de inseguridad, ansiedad, angustia, etc.

Bibliografía.

1. Echeburúa, E. (1991). El problema de la dependencia a las sustancias adictivas: Un enfoque psicosocial. Cuaderno del Instituto Vasco de Criminología, 5, 103-115
2. Brengelman, J. C. (1975). Terapia de dependencias y adicción: Tabaco, comida, alcohol y drogas. Análisis y Modificación de conducta, 0, 13-26.
3. Vygotsky. Pensamiento Y lenguaje. Ediciones Revolucionarias Pág. 177. La Habana, Cuba. 1981.
4. Psicología del desarrollo. Selección de lecturas, colectivos de autores. Editorial Félix Varela. La habana, 2001.

