



# Facultad de Ciencias de Salud

Salud Integral

Adicciones



## ÍNDICE

1. Agenda pedagógica
2. Definición
3. Proceso adictivo
4. Enamoramiento
5. Luna de miel
6. Período de traición
7. Ruina
8. Aprisionamiento
9. Temas de discusión
10. Para reflexionar





# COMPETENCIA



Evalúa la importancia de la prevención para el cuidado de la salud, tomando en cuenta las áreas de adicciones, accidentes y violencia.





# CONTEXTO



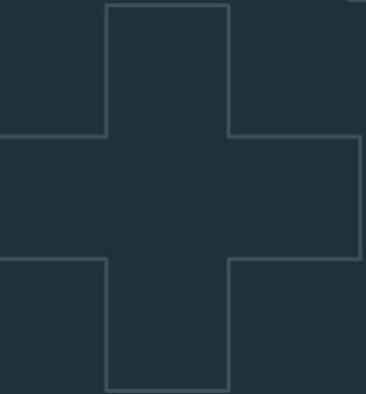
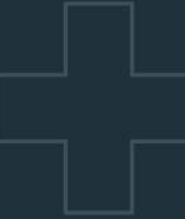
## Agenda pedagógica

- Bienvenida
- Actividad introductoria
- Tema: Adicciones, conceptos básicos y tipos de adicciones
- Actividad de cierre





# ACCIÓN



## Definición según la American Society of Addiction Medicine (ASAM)

Enfermedad primaria crónica de recompensa del sistema nervioso central que afecta la motivación, memoria y demás habilidades cognitivas y se caracteriza por la incapacidad consiente de abstenerse al consumo, afecta el control del comportamiento, provoca ansiedad, disminuye la capacidad de reconocer los problemas significativos que conlleva el consumo (o el comportamiento) incluyendo deterioro en las relaciones, deterioro físico y deterioro en la respuesta emocional.





## Definición según la American Society of Addiction Medicine (ASAM)

### Personas Vulnerables

- Adolescencia
- Predisposición genética
- Necesidades emocionales

### Experiencias potencialmente adictivas

- Tiempo oportuno y exacto
- Lugar y ambiente apropiado
- Compañía apropiada e ideal

### Patrón de consumo

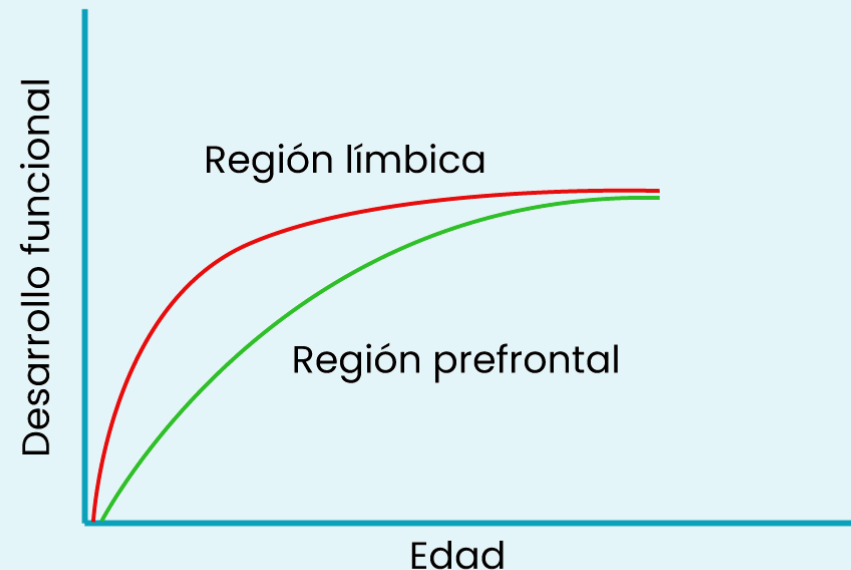
- Sustancia adecuada
- Frecuencia
- Cantidad

## ¿Por qué el adolescente es especialmente vulnerable?

**Región límbica:** se desarrolla primero y más rápidamente. Es la encargada de las emociones y de “darle el empujón” a los adolescentes para dejar a los padres. Es una ventaja evolutiva importante y muy útil para la especie humana.

**Región Prefrontal:** funciones ejecutivas, planificación, control, análisis, toma de decisiones. Se desarrolla posteriormente.

Perspectiva del desarrollo cerebral en adolescentes



## Proceso Adictivo

**Enamoramiento**

**Luna de miel**

**Traición**

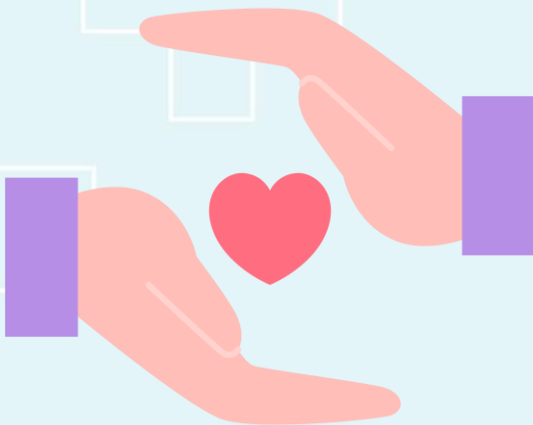
**Ruina**

**Aprisionamiento**



## Enamoramiento

***El amor juega un papel muy importante en la recuperación de adicciones pues el proceso de amar y confiar en alguien es igual al de la adicción y en realidad es lo que se busca con las drogas.***



- Se refiere a pequeños consumos de la sustancia, al principio pueden ser ocasionales y en poca cantidad por lo que la persona no suele darle importancia.
- Estas primeras experiencias suelen dejar una marca “grabada”
- Emociona, produce euforia y/o tranquiliza
- *Enamoramiento ... ser amado ... sentirse protegido y en calma .... Sensación de placer y bienestar, seguridad, confianza... deseo de ver y estar con la persona amada...*
- Cada comportamiento visto en una adicción puede ser visto también en un periodo de amor romántico.

## Enamoramiento



- Hay una obsesión por las cualidades y las particularidades de lo amado.
- La sensación de abstinencia es igual al deseo de ver a la persona amada cuando no se le puede ver o estar con él/ella.
- La persona enamorada hace lo que sea para acceder a la persona amada.
- Ambas condiciones alteran las prioridades de la persona.
- El sistema de regulación de estrés está ligado a la persona amada.
- **Endorfinas y encefalinas:** presentes en el enamoramiento y en las adicciones, y están conectados al proceso de aprendizaje y memorización
- **Oxitocina y vasopresina:** Es la hormona de la “monogamia” o “hormona del amor” .

## Luna de Miel



- Al haber *aprendido* en la etapa 1 que es posible obtener alivio (refuerzo negativo) o placer (refuerzo positivo) a través de la sustancia o actividad adictiva, la persona empieza a sentirse impulsado a borrar malos y dolorosos sentimientos que se le presentan en la vida, de una manera más fácil y eficaz (drogándose) que, usando habilidades ejecutivas,
- La situación empeorará hasta convertirse realmente en un problema. Las carencias cognitivas tales como la baja tolerancia a la frustración, la incapacidad para hacerle frente a las adversidades de la vida, poca habilidad de control de impulsos y emociones, son fácilmente suplantadas por la “solución mágica” del uso de sustancias o de comportamientos adictivos.
- Durante la fase de la luna de miel, el futuro adicto experimenta todas las gratificaciones con muy *pocas consecuencias negativas*
- *Siente que ejerce y posee el control*, considera que la actividad a la que se está metiendo es inofensiva y que además la merece y le hace bien pues se siente bien.
- Este comportamiento empieza a favorecer la *compulsión (se describe más adelante)* de seguir consumiendo para que luego aparezca la necesidad imperiosa del consumo.

## Período de traición



- Con el paso del tiempo, este placer, alivio y bienestar es traicionado. Se le abre el paso al deterioro físico, psicológico, social, y espiritual, haciendo que la persona, que ahora padece ya una adicción, quede atrapada entre el **consumo, síndrome de abstinencia y compulsión por el consumo**.
- Cuando este abuso se hace crónico, se produce en el cerebro una **neuroadaptación** que hace que la persona sufra los efectos de **la tolerancia y la abstinencia** (definidos más adelante), definiéndose de esta manera el fenómeno de la **dependencia**.
- En este periodo aparece el llamado **craving** que se define como aquella conducta marcada por la necesidad de consumo de sustancias y la falta de control sobre las mismas, asentada sobre una base neuroquímica. Es en este período que empieza el marcado y evidente deterioro de la persona.

## Ruina



- Ahora el adicto debe consumir cada vez más cantidad de la sustancia para evitar los crecientes y desagradables sentimientos, síntomas y estados de ánimo producidos por el **síndrome de abstinencia**.
- El *craving* es cada vez más intenso y exigente, y el efecto placentero y agradable que produce la sustancia es cada vez menos intenso y menos duradero.
- Es evidente que está desarrollando **tolerancia** lo cual significa que ya no consume para obtener alivio y placer, principalmente, sino para evitar el craving y el terrible **síndrome de abstinencia**.
- La dependencia física creada químicamente por la acción de la sustancia sobre el sistema nervioso ya tiene esclavizada a la persona. Y lo que es peor, evita que la persona madure y ejercite sus **habilidades ejecutivas** poco desarrolladas, ahora debilitadas y sentenciadas a muerte bajo este proceso adictivo.



## Aprisionamiento



- Con el tiempo la persona adicta llega a un estado de desesperación en su relación con la sustancia o actividad adictiva
- Deja a un lado TODO lo demás.
- Se comporta de manera cada vez más impulsiva y compulsiva, presa de su adicción.
- Esta etapa del proceso adictivo es un descenso a la desesperación y la destrucción personal.
- La esclavitud ante la adicción no permite tregua y esta espiral tiende a auto-perpetuarse, a menos que detenga su consumo.
- El **retorno o recuperación**, sin embargo, existe, aunque sea un proceso duro y difícil.

## Temas de discusión

- El amor juega un papel muy importante en la recuperación de adicciones pues el proceso de amar y confiar en alguien es igual al de la adicción y en realidad es lo que se busca con las drogas.
- Cualquier cosa que “ames” (persona, sustancia, actividad) si te hace crecer como persona, si te hace más amoroso y te aumenta la creatividad, la conexión con otros y la caridad, entonces es bueno para ti. Si te aísla, te vuelve insoportable y cruel... entonces no es bueno para ti.



## Neurociencias de la adicción

El cerebro es un órgano muy complejo, que abarca varios circuitos y neurotransmisores, pero en este tema lo que nos interesa es el **“Circuito del Placer”** y el neurotransmisor relacionado al placer que es la **dopamina**.



## Circuito del placer

- Es un circuito cerebral existente en la gran mayoría de animales
- Es un sistema primitivo ya que es básico para la supervivencia
- De él dependen actividades que además de ser necesarias son placenteras, tales como la alimentación y la reproducción
- Facilita el aprendizaje y el mantenimiento de ciertas conductas naturales y necesarias
- Pero, si el circuito del placer es activado por sustancias o actividades, entonces facilita el aprendizaje del consumo de dichas sustancias o actividades
- Ayuda a mantener en su memoria los estímulos relacionados con el consumo de dichas sustancias o comportamientos

La función del sistema de recompensa es **perpetuar y mantener**, a través del incremento del neurotransmisor básico de este circuito, **la dopamina**, aquellas conductas que a la persona le producen placer.

La dopamina a su vez intensifica la sensación de placer, y hace que la persona **desea volver a consumir** dicha sustancia o a realizar dicho comportamiento.

## Circuito del placer

**Se fija en la  
memoria**

- La dopamina permite que la actividad y los estímulos se fijen en la memoria.

**Aparece el  
estimulo**

- Se provoca un ***gran deseo*** de consumir o hacer la actividad relacionada.

**Se busca el  
consumo**

- Mientras más placer o alivio nos produjo, más se desea nuevamente.

No es el placer lo que afecta sino el elevado **DESEO** de ese algo lo que hace que se vuelva a consumir.



## Fases de la adicción

1. Tolerancia
2. Placer, alivio, euforia
3. Síndrome de abstinencia
4. Neuro adaptación
5. Estimulo
6. Sensibilización
7. Compulsión
8. Obsesión



## Tipos de adicciones

### Adicciones a sustancias



### Adicciones comportamentales o conductuales



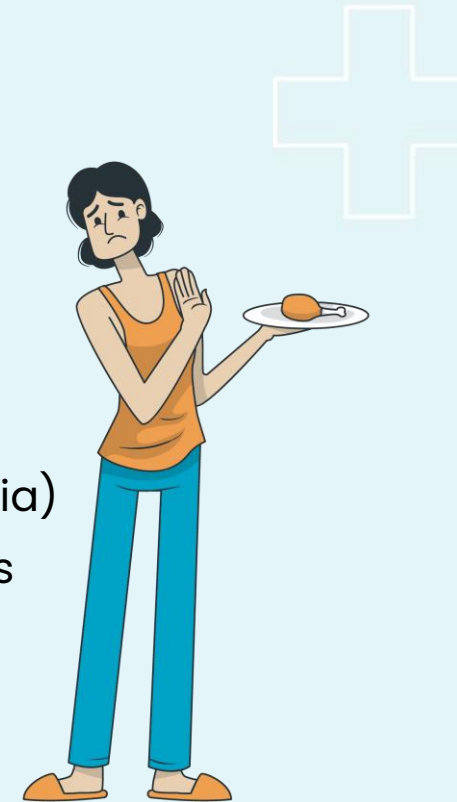
## Adicciones comportamentales

El comportamiento en si no es malo, lo malo es:

- la obsesión
- La compulsión
- La exageración
- El aislamiento
- Deterioro de la salud
- Evita que “crezcamos”



- La televisión
- La hiperconectividad
- El trabajo
- Sexo
- Ejercicio
- Comer (anorexia, bulimia, atracones, ortorexia, vigorexia)
- Juego de asar y electrónicos
- Compras
- Imagen personal





## Adicciones a sustancias

### DEPRESIVAS

- Alcohol
- Marihuana
- Heroína



### NICOTINA

Sustancia poderosa que actúa de las dos formas según lo necesite

### ESTIMULANTES

- Café, chocolate, azúcar
- Morfina
- Cocaína
- Anfetaminas





# REFLEXIÓN



Este material digital es propiedad de la Universidad Rafael Landívar, se comparte por medio de una licencia Creative Commons CC BY-NC-ND del tipo “Atribución-No Comercial-Compartir igual”, la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales, ni se realicen obras derivadas.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/gt/>

