

# ADICCIÓN Y DEPENDENCIA

Son términos concurrentes que expresan la pérdida de libertad interior ante un deseo, reflejada, como decía “Kant”, no en la incapacidad de eliminar el deseo sino en la de resistirse a él y controlarlo.

A partir de este momento, la dinámica de libre elección del sujeto experimenta una quiebra importante. Un deseo que se agiganta y se vuelve incontrolable e incontenible para la voluntad y la libre elección es la matriz patológica del grupo de enfermedades que llamamos adicciones o dependencias.

## FRANCISCO ALONSO-FERNÁNDEZ

(Catedrático de Psiquiatría y Psicología Médica, académico numerario de la Real Academia de Medicina y director del instituto de Psiquiatría de la Lengua Española).

# ADICTO

Es aquella persona que tiene como centro de su vida la adicción y pierde el control ante ella y cuando no puede realizar esa conducta se encuentra mal (llamar por el móvil, jugar a la máquina tragaperras, comprar, estar conectado a Internet, o conseguir determinada sustancia para su consumo...).

La **adicción** es considerada una enfermedad crónica y recurrente del cerebro que se caracteriza por búsqueda patológica de la recompensa y/o alivio a través del uso de una sustancia u otras conductas. Cuando un adicto se resiste o sale repentinamente de su rutina se produce el síndrome de abstinencia.

# DICE LA OMS

“**Droga**” es toda sustancia que, introducida en el organismo por cualquier vía de administración, produce una alteración de algún modo, del natural funcionamiento del sistema nervioso central del individuo y es, además, susceptible de crear dependencia, ya sea psicológica, física o ambas.

El resultado es una disminución en la **calidad de vida** del afectado (generando problemas en su trabajo, en sus actividades académicas, en sus relaciones sociales y/o en sus relaciones familiares o de pareja).

# SOCIOADIC- CIONES/ ADICCIONES COMPORTA- MENTALES

Son trastornos de dependencia vinculados a distintas actividades humanas. En general proporcionan una sensación subjetiva de placer, excitación o arrogancia, y no se deben a tomar sustancias psicoactivas. Son ejemplos: la adicción al juego, al sexo, las compras compulsivas...



# CAUSAS GENERALES DE LAS ADICCIONES

## A. FACTORES GENERALES

- > Sobreexigencias o estrés
- > Disponibilidad
- > Accesibilidad
- > Hábito de recompensas
- > La publicidad/promoción/medios de comunicación
- > La cultura propia
- > El tipo de sustancia

## B. FACTORES INDIVIDUALES

- > Débil estructura y soporte familiar
- > Personalidad vulnerable
- > Los valores
- > Presión de grupo/influencias
- > La familia
- > Entorno de riesgo
- > Experimentación
- > Transgresión

# SÍNTOMAS DE LAS ADICCIONES

## 1. TOLERANCIA

Se denomina al hecho de necesitar cada vez más tiempo de conexión (en el caso de sustancias, más cantidad) para obtener la misma sensación de bienestar.

## 2. ABSTINENCIA

La ausencia de consumo, práctica o hábito temporal que provoca irritabilidad, ansiedad y gran malestar.

## 3. DEPENDENCIA

Sentimiento placentero que se busca bajo cualquier condición. Búsqueda de gratificación, instantánea, reconocimiento social, etc.

## 4. PÉRDIDA O DESCUIDO DE LAS ACTIVIDADES HABITUALES

Esto provoca y tiene repercusiones en la estructura cerebral del individuo. Aislamiento, descuido de hábitos de higiene en general (descanso, alimentación...).

# CLASIFICACIÓN BÁSICA DE ADICCIONES

## A. ADICCIONES CON SUSTANCIA:

Clasificación por su legalidad:

### 1. Drogas legales

Alcohol, tabaco, fármacos, estimulantes menores xantinas, como cafeína...

### 2. Drogas ilegales

Cannabis, cocaína, opiáceos, drogas de síntesis, nuevas sustancias y drogas emergentes.

## B. ADICCIONES SIN SUSTANCIA:

Adicciones conductuales:

### 1. Actividades legales

- > Trastorno por juegos de apuestas (**ludopatía o juego patológico**)
- > Adicción a Internet y nuevas tecnologías (**nomofobia** - móvil)
- > Compras compulsivas (**oniomanía**)
- > Adicción al sexo y pornoadicción
- > Adicción al trabajo
- > Adicciones vinculadas a la autoimagen corporal (**vigorexia**, obsesión por la musculatura, **tanorexia**, obsesión por lucir la piel morena todo el año, adicción al bronceado)

### 2. Actividades ilegales

- > Robo
- > Estupro
- > Incendios



# ADICCIONES ¿DE QUÉ HABLAMOS?