



**Nombre del alumno: Valeria Esthefanía
Santiago López**

**Nombre del profesor: Cecilio Culebro
Castellanos**

Nombre del trabajo: Adicciones

Materia: Salud Pública

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: Primer semestre

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 03 de Noviembre del 2020.

Introducción

En el presente se hablara sobre el tema de adicciones, se dará entender las consecuencias de dichas problemáticas, ya que es un problema muy común entre la sociedad, el cual debería dar y brindar información, se darán conocer el impacto negativo que tiene en el cuerpo, es una problemática que afecta a mujeres y hombres, están en riesgo todo tipo de personas, de niños a ancianos, en este ensayo de brindara información y se aplicara en el conocimiento en salud de promoción y prevención , para concientizar a la sociedad del peligro.

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 desórdenes 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

El consumo de drogas con frecuencia coexiste con otras enfermedades mentales. En algunos casos, trastornos mentales como la ansiedad, la depresión o la esquizofrenia pueden estar presentes antes de la adicción. En otros, el consumo de drogas puede desencadenar o empeorar esos trastornos de salud mental, particularmente en las personas que tienen ciertas vulnerabilidades específicas.

Algunas personas con trastornos como ansiedad o depresión pueden consumir drogas para intentar aliviar los síntomas psiquiátricos. Esto puede exacerbar el trastorno mental en el largo plazo y aumentar el riesgo de adicción.

El impacto de la adicción puede tener gran alcance:

- Enfermedades cardíacas
- Embolia
- Cáncer
- VIH o sida
- Hepatitis B o C
- Endocarditis
- Celulitis
- Enfermedades pulmonares
- Trastornos de salud mental

Características de la adicción:

- 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 aun 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 una 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.

La distinción entre uso y abuso depende en gran medida del carácter legal de la producción, adquisición y uso de las diferentes sustancias con fines de intoxicación.

En el caso de las drogas ilegales, es común considerar que cualquier uso es abuso de la sustancia. El abuso se caracteriza por:

- El consumo continuo de la sustancia psicoactiva a pesar de que el sujeto sabe que tiene un problema social, laboral, psicológico o físico, persistente o recurrente, provocado o estimulado por él
- El consumo recurrente de la sustancia en situaciones en que resulta físicamente arriesgado.

El diagnóstico se establece sólo si algunos síntomas de la alteración han persistido durante un mes como mínimo, o bien han aparecido repetidamente por un tiempo prolongado, y cuando el individuo no tiene el diagnóstico de dependencia.

Las definiciones de uso y abuso están en función de la cantidad, frecuencia y consecuencias del consumo, y se miden a través de indicadores tales como la ingestión por persona, los patrones de consumo y los problemas asociados (enfermedades, accidentes, conductas antisociales, etcétera).

La adicción es la dependencia fisiológica y/o psicológica a alguna sustancia psicoactiva legal o ilegal, provocada por el abuso en el consumo, que causa una búsqueda ansiosa de la misma.

También conocida como drogodependencia, fue definida por primera vez por la OMS en 1964, como un estado de intoxicación periódica o crónica producida por el consumo repetido de una droga natural o sintética, cuyas características son:

- Deseo dominante de continuar tomando la droga y obtenerla por cualquier medio.
- Tendencia a incrementar la dosis.
- Dependencia física y generalmente psicológica, con síndrome de abstinencia si se retira la droga.
- Efectos nocivos para el individuo y para la sociedad.

Más tarde, en 1982, la OMS definió a la dependencia como un síndrome que implica un esquema de comportamiento en el que se establece una gran prioridad para el uso de una o varias sustancias psicoactivas determinadas, frente a otros comportamientos considerados habitualmente como más importantes.

Daños y riesgos asociados al consumo de drogas:

Por lo general, la mayor parte de los efectos que ocasiona la ingestión de sustancias psicoactivas (aquellas que estimulan y/o deprimen el sistema nervioso central) pasan inadvertidos para el consumidor, ya que pueden variar desde un leve estado de euforia hasta el aturdimiento. El consumo de sustancias modifica las capacidades físicas, mentales y conductuales, independientemente de su grado de intoxicación. Sin embargo, el tipo y la magnitud de sus efectos son complejos; dependen de la interacción entre el individuo, la droga y el ambiente en que ocurre el consumo.

El consumo frecuente puede tener importantes consecuencias, como por ejemplo la dependencia y los padecimientos del hígado que se presentan sin importar las circunstancias, aun sin que se llegue a una intoxicación evidente.

Las consecuencias sociales, por su parte, son diversas, dependiendo de la situación; es decir, varían según la cantidad ingerida, si se llega a la intoxicación o incluso si dicho consumo es regular o no.

La intoxicación aguda es también un factor de riesgo importante, pues puede provocar accidentes y violencia, así como de problemas económicos, estos últimos provocados por ausentismo laboral y disminución de la productividad, además de que los adictos utilizan sus ingresos en la compra de droga.

Las características de un adolescente con problemas de consumo de drogas son:

- Déficit de atención e hiperactividad.
- Trastornos de conducta (cambios severos y repentinos de estado de ánimo).
- Disfunción familiar (divorcio, violencia, segregación, desintegración).
- Ansiedad.
- Depresión (apatía, ausencia escolar y aislamiento).
- Cambio de amistades y entorno social.
- Intentos suicidas.
- Tabaquismo.
- Insomnio.
- Problemas para establecer relaciones de pareja.
- Problemas para controlar los impulsos (hacer las cosas sin pensar).

Es importante considerar que si bien, estos síntomas pueden ser indicativos de problemas de adicciones, es necesario tener un diagnóstico por especialistas, pues algunos de estos síntomas tomados en forma aislada pueden ser propios de la etapa adolescente.

¿Es posible tratar con éxito la adicción?

Sí, la adicción es un trastorno tratable. Las investigaciones sobre la ciencia de la adicción y el tratamiento de los trastornos por el consumo de drogas han llevado a la creación de métodos comprobados que ayudan a las personas a dejar de consumir drogas y retomar una vida productiva, un proceso al que se llama recuperación.

Medidas preventivas para las adicciones

Las adicciones pueden afectar a hombres y mujeres de cualquier edad, nivel de educación o clase social. Una adicción es cuando la persona siente el deseo incontrolable de recurrir al consumo de determinadas sustancias, por lo general químicas, ya sea de modo continuo o periódico.

Es decir, la persona adicta a una sustancia no puede controlar el deseo de utilizarla. La adicción al alcohol y las drogas debe ser vista como un problema que afecta no sólo al

que se intoxica con esas sustancias, sino como un conflicto de todo el grupo familiar al que pertenece el adicto.

El cariño y la atención hacia los menores juegan un papel muy importante en la prevención de las adicciones. Si los niños y niñas crecen con amor y seguridad, si tienen confianza para comunicarse, si se sienten comprendidos y valorados, pero además en la familia no hay adicciones, será difícil que busquen el camino de las drogas.

Las personas adictas a menudo tienen uno o más problemas de salud relacionados con las drogas, que pueden incluir enfermedades pulmonares o cardíacas, embolia, cáncer o problemas de salud mental. Las escanografías, las radiografías de tórax y los análisis de sangre pueden comprobar los efectos perjudiciales del consumo de drogas a largo plazo en todo el organismo.

Por ejemplo, ahora es bien sabido que el humo del tabaco puede producir varios tipos de cáncer, la metanfetamina puede causar problemas dentales graves (conocidos como boca de metanfetamina) y los opioides pueden originar una sobredosis y causar la muerte. Además, algunas drogas, como los inhalantes, pueden dañar o destruir las células nerviosas del cerebro o del sistema nervioso periférico (el sistema nervioso fuera del cerebro y la médula espinal).

Las señales más frecuentes de que los menores pueden estar en contacto con las drogas son:

- Tendencia a la soledad.
- Cambios constantes de conducta.
- Dificultad para asumir responsabilidades.
- Disminución del rendimiento escolar.
- Cambio repentino de amistades.
- Falta de interés en actividades que antes le gustaban.
- Duerme mucho o casi no duerme.
- Siempre necesita dinero o tiene mucho dinero.
- Disminuye su apetito.
- Dice mentiras.
- Hay pequeños hurtos en casa.

Para prevenir el fenómeno adictivo se recomienda:

- Integrar a la Familia en un ambiente de comunicación, respeto y confianza.
- Establecer lazos de afecto y convivencia positiva con familiares, grupos de amigos, vecinos, maestros etc.
- Reconocer a nuestros hijos los logros, habilidades y capacidades personales.
- Crear el hábito del estudio, lectura y participación en actividades fuera de la escuela.

Recuerde que la autoestima de los menores se fortalece:

- Demostrando interés por sus gustos.
- Aceptándolos, sin compararlos con nadie.
- Ayudándolos a obtener confianza en sí mismos, auto valorarse y quererse.
- Aprovechando el tiempo libre para la convivencia con ellos.
- Expresándoles cariño y respeto

Bibliografía

- HUESCA, A. D. (s.f.). ADICCIONES. 3.
- Prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables para una nueva vida. (s.f.). *Guía para el promotor de "Nueva Vida"*, 18.
- Tratamiento y recuperación. (s. f.). National Institute on Drug Abuse. Recuperado 3 de noviembre de 2020, de <https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/las-drogas-el-cerebro-y-la-conducta-la-ciencia-de-la-adiccion/tratamiento-y-recuperacion>
- User, S. (s. f.). Las adicciones y los jóvenes. Gobierno de Puebla. Recuperado 3 de noviembre de 2020, de <http://ss.puebla.gob.mx/prevencion/adicciones/item/14-las-adicciones-y-los-jovenes>