



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Carolina García Abarca

Nombre del tema: LAS ADICCIONES Y SU IMPACTO EMOCIONAL EN LOS PACIENTES DEL CENTRO SIN SAHAN AVIDA A.C.

Nombre de la Materia: SEMINARIO DE TESIS.

Nombre del profesor: LIC. SAMANTHA KRYSTAL SERIBEY ALFONZO

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Psicología.

Cuatrimestre: Octavo.

LAS ADICCIONES Y SU IMPACTO EMOCIONAL EN LOS PACIENTES DEL CENTRO SIN SAHAN AVIDA A.C.

Planteamiento del problema

El consumo de sustancias tóxicas tales como opiáceos, estimulantes, depresores, alucinógenos generan un impacto negativo no solo en la cuestión psíquica sino también en lo emocional, afectando así diversas esferas en las que se desenvuelve el consumidor.

Las adicciones son una problemática que va un incremento cada vez más, y un problema que padecen de diferentes edades y diversos estatus económicos. Se ha visto que tiene un impacto directo tanto en su salud física y mental como en las de sus familiares y seres queridos.

Ya sea a una sustancia como el alcohol o la cocaína como si lo es a la comida, al sexo u otros comportamientos adictivos, las adicciones no surgen espontáneamente ni por puro capricho, sino por haber vivido eventos personales altamente traumáticos o, como mínimo, emocionalmente perturbadores.

Es importante conocer los efectos negativos del consumo de sustancias para una oportuna intervención psicológica y coadyuvar a la disminución de las posibles recaídas que paciente pudiera tener.

Objetivo general

Conocer el impacto negativo emocional en los consumidores de sustancias en el centro de rehabilitación Sin Sahan Avida.

Objetivos específicos:

- 1- Realizar a través los instrumentos de evaluación psicológica los trastornos o efectos negativos del consumo de sustancias de los internos del centro de rehabilitación Sin Sahan Avida.

- 2- Identificar y describir las emociones negativas que presentan los internos del centro Sin Sahan Avida.

JUSTIFICACIÓN Y/O ANTECEDENTES

La adicción, tanto a sustancias como a las comportamentales, representa un alto coste emocional tanto para los pacientes como sus familias. Estas problemáticas se desarrollan en entornos en donde existían alteraciones emocionales previas, donde los sentimientos como la culpa, la inutilidad, la ansiedad, la vergüenza y la tristeza han predispuesto a la persona a caer en las garras de las adicciones. Sea el tipo de adicción que sea, esta crea complicaciones emocionales para todo el mundo que cae en ellas, además de afectar sobre el entorno social del paciente adicto.

A menudo, las personas que consumen drogas o llevan a cabo una conducta adictiva problemática lo hacen como su forma de escapar de las emociones desagradables que están viviendo o tratando de olvidar la tensión psicológica o un recuerdo traumático. De hecho, las personas adictas de adultos suelen ser individuos cuya infancia estuvo marcada por eventos traumáticos. La adultez tampoco se libra de ser escenario de eventos traumáticos, los cuales hacen que la persona se sienta emocionalmente inundada por estrés, tristeza, ansiedad, culpa y tensión psicológica en general.

Algunos de los factores de riesgo emocionales más comunes para la adicción son:

- Abuso emocional físico o sexual en la etapa de la infancia.
- Estilos parentales distantes o negligentes.
- Ser víctima de acoso escolar.
- Ser víctima de violencia doméstica.
- Sobrevivir a un desastre natural potencialmente mortal.
- Perder a un ser querido por muerte, divorcio o desaparición.

Todos estos eventos pueden hacer que la persona desarrolle profundos problemas psicológicos, incentivados por emociones como la culpa o la vergüenza al pensar que parte de las desgracias que le han ocurrido son responsabilidad suya. Ciertamente,

hay individuos que se culpan de haber recibido abusos sexuales en su infancia, ser víctimas de violencia doméstica o de la muerte de un familiar, preguntándose una y otra vez qué hubieran podido hacer para merecer eso o cómo lo podrían haber evitado.

Muchas personas que desarrollan un problema de consumo de sustancias tienen depresión, trastorno de hiperactividad con déficit de atención (THDA), trastorno de estrés postraumático (TEPT) u otro asunto de salud mental. Un estilo de vida estresante y caótico y la baja autoestima son también comunes.

MARCO TEÓRICO

Las adicciones

Las adicciones son un trastorno mental crónico y recidivante, es decir, que alternan periodos de consumo más descontrolado con períodos de abstinencia en los que se abandona el consumo. Generan cambios en los circuitos del cerebro que provocan que la persona consuma de forma compulsiva a pesar de las consecuencias negativas físicas, psicológicas y sociales. Las adicciones incluyen diferentes tipos de drogas como el tabaco, el alcohol, los tranquilizantes y los derivados del cannabis.

Una adicción conlleva un patrón de funcionamiento desadaptativo de consumo de una droga con deterioro o malestar significativo. Esto puede llegar a afectar a todas las áreas de la vida de la persona. Normalmente se habla de adicción cuando este patrón se mantiene durante un tiempo prolongado (al menos 12 meses).

Cuando se habla de drogas se hace referencia a toda sustancia que consumida modifica diferentes funciones del organismo, tanto mentales (humor, funcionamiento cerebral) como físicas (disfunción respiratoria o gastrointestinal).

Normalmente, estas sustancias se caracterizan por pasar de forma rápida desde el torrente sanguíneo hasta el cerebro, lo que produce cambios en la conducta. Estos efectos suelen ser percibidos de forma habitual como placenteros en los primeros consumos. Como resultado de ello, muchas personas siguen tomando la sustancia, aunque sus consecuencias puedan ser negativas a medio y largo plazo.

Cuando se consume de forma repetida una droga suelen aparecer algunos efectos sobre el cuerpo y el comportamiento:

Tolerancia a la sustancia. Significa que cada vez son necesarias dosis más elevadas de la sustancia para lograr el efecto deseado (por ejemplo, cada vez hay que beber más cantidad de alcohol para conseguir los efectos de la intoxicación) y que los efectos

de la sustancia, si no se incrementan las dosis, son marcadamente menos intensos con el uso continuado.

Síndrome de abstinencia. Conjunto de reacciones físicas y psicológicas que suceden cuando una persona con una adicción deja de consumir la sustancia de golpe o consume menos dosis de la que solía tomar.

Adicciones ¿Qué es una adicción?

Una adicción conlleva un patrón de funcionamiento desadaptativo de consumo de una droga con deterioro o malestar significativo. Esto puede llegar a afectar a todas las áreas de la vida de la persona. Normalmente se habla de adicción cuando este patrón se mantiene durante un tiempo prolongado (al menos 12 meses).

Cuando se habla de drogas se hace referencia a toda sustancia que consumida modifica diferentes funciones del organismo, tanto mentales (humor, funcionamiento cerebral) como físicas (disfunción respiratoria o gastrointestinal).

Normalmente, estas sustancias se caracterizan por pasar de forma rápida desde el torrente sanguíneo hasta el cerebro, lo que produce cambios en la conducta. Estos efectos suelen ser percibidos de forma habitual como placenteras en los primeros consumos. Como resultado de ello, muchas personas siguen tomando la sustancia, aunque sus consecuencias puedan ser negativas a medio y largo plazo.

Cuando se consume de forma repetida una droga suelen aparecer algunos efectos sobre el cuerpo y el comportamiento:

1. Tolerancia a la sustancia. Significa que cada vez son necesarias dosis más elevadas de la sustancia para lograr el efecto deseado (por ejemplo, cada vez hay que beber más cantidad de alcohol para conseguir los efectos de la intoxicación) y que los efectos de la sustancia, si no se incrementan las dosis, son marcadamente menos intensos con el uso continuado.
2. Síndrome de abstinencia. Conjunto de reacciones físicas y psicológicas que suceden cuando una persona con una adicción deja de consumir la sustancia de golpe o consume menos dosis de la que solía tomar.

Además, cuando se instaura la adicción es habitual que la persona presente algunas de las siguientes características:

- Reconozca que consume una cantidad más elevada de la que pretende o durante periodos más largos de los que quisiera.
- Tiene un deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el consumo de la sustancia.

- Hay deseo intenso o urgencia para consumir (craving).
- Dedicar una parte importante de su tiempo a actividades relacionadas con obtener la sustancia (por ejemplo, desplazarse largas distancias), en el consumo de la sustancia o en la recuperación de los efectos de esta.
- Prioriza el consumo por encima de las actividades sociales, laborales o de ocio.
- Tiene cada vez mayores dificultades para cumplir con las principales obligaciones.
- Sigue consumiendo la sustancia a pesar de tener problemas sociales o interpersonales causados o agravados por el consumo.
- Consume en situaciones en las que es físicamente peligroso.
- Continúa con el consumo a pesar de ser consciente de tener un problema físico y psicológico relacionado con la sustancia.
- Aunque en cada persona el impacto de la adicción es diferente y personalizado, todas las adicciones afectan de forma similar al funcionamiento cerebral y, por tanto, el tratamiento tiene muchos elementos en común.
- Las adicciones se tratan como una enfermedad mental crónica con un abordaje múltiple: médico, psicológico y social.

Tratamientos para las adicciones

Existen múltiples métodos para tratar las distintas adicciones, en función de la situación individual de cada paciente. Entre ellos encontramos:

- Tratamiento Psiquiátrico Individual
- Psicoterapia Individual y/o de Grupo
- Tratamientos Farmacológicos
- Grupos de Autoayuda
- Terapia de Pareja y de Familia
- Sesiones de Orientación y Terapéutica a familiares y amigos
- Internamiento por Adicciones

Internamiento por adicciones

Cada caso particular es distinto. Los alcohólicos y drogodependientes en proceso de recuperación, así como profesionales de la salud, Especialistas Médicos y Psicoterapeutas, reconocen que, dependiendo del caso específico y de la persona, los programas de 12 Pasos, los Tratamientos Médicos, la Atención Psicológica y/o Psiquiátrica son coadyuvantes en la atención de las Adicciones, sin estar hasta el momento especificado la duración del tratamiento.

¿Cómo identificar los signos de adicción que requieren internación?

Los signos de adicción que requieren internación pueden ser identificados por una variedad de síntomas. Estos incluyen una dependencia física y emocional de la sustancia, una incapacidad para controlar el uso de la sustancia, una disminución en la capacidad de funcionar en la vida diaria, una pérdida de interés en actividades anteriores, una disminución en la capacidad de controlar los impulsos, una disminución en la capacidad de tomar decisiones, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento, una disminución en la capacidad de controlar el estado de ánimo, una disminución en la capacidad de controlar el pensamiento, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento social, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento sexual, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento alimentario, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad física, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad intelectual, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad social, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad laboral, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad académica, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad religiosa, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad recreativa, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de

la vida diaria, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida familiar, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida social, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida laboral, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida académica, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida religiosa, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida recreativa, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida sexual, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida emocional, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida mental, una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida espiritual, y una disminución en la capacidad de controlar el comportamiento de la actividad de la vida financiera. Si una persona presenta alguno de estos síntomas, es importante buscar ayuda profesional inmediatamente para determinar si es necesaria una internación.

¿Qué factores deben considerarse al decidir internar a un adicto?

Al decidir internar a un adicto, hay varios factores que deben considerarse. Primero, es importante evaluar el nivel de adicción del individuo. Esto incluye determinar si hay una dependencia física o psicológica, así como el grado de adicción. También es importante evaluar el historial de uso de drogas del individuo, así como su historial de tratamiento.

Además, es importante considerar el entorno del individuo. Esto incluye evaluar si hay personas en su vida que puedan apoyarlo durante el proceso de rehabilitación. También es importante evaluar si el individuo tiene acceso a recursos adecuados para ayudarlo a superar su adicción.

Finalmente, es importante evaluar el estado mental y emocional del individuo. Esto incluye determinar si el individuo está en un estado de ánimo adecuado para recibir tratamiento, así como si hay algún trastorno mental subyacente que pueda contribuir a la adicción. Esta evaluación también debe incluir una evaluación de los riesgos de suicidio.

¿Qué se debe esperar durante la internación de un adicto?

Durante la internación de un adicto, se espera que el paciente reciba un tratamiento integral que incluya evaluación, diagnóstico, tratamiento y seguimiento. El tratamiento se basará en un enfoque multidisciplinario que aborde los problemas físicos, psicológicos y sociales del paciente. El equipo de tratamiento estará compuesto por profesionales de la salud mental, médicos, enfermeras, trabajadores sociales, terapeutas ocupacionales y otros profesionales de la salud. El tratamiento incluirá terapia individual, grupal y familiar, así como medicamentos para tratar los síntomas físicos y psicológicos. El objetivo del tratamiento es ayudar al paciente a desarrollar habilidades para manejar sus problemas de salud mental y adicción, así como para mejorar su calidad de vida. Durante la internación, el paciente también recibirá educación sobre la adicción y la salud mental, así como apoyo para la recuperación.

LAS EMOCIONES Y LAS ADICCIONES

Las emociones y las adicciones son dos aspectos intrínsecos de la experiencia humana que, aunque a menudo se perciben como conceptos separados, están profundamente interconectados. Las emociones pueden influir en la forma en que las personas abordan las adicciones, ya sea como un mecanismo de afrontamiento o como desencadenantes que llevan a la dependencia de sustancias o comportamientos. Descubrir cómo estas dimensiones interactúan puede ser clave en la búsqueda de estrategias efectivas para la comprensión y la recuperación de las adicciones

Comprendiendo las emociones: la base de nuestras reacciones

Las emociones son respuestas psicológicas que nos permiten experimentar, interpretar y reaccionar ante diversas situaciones. Se pueden clasificar en categorías

primarias, como la felicidad, la tristeza, el miedo, la ira, la sorpresa y el asco. Cada una de estas emociones juega un papel crucial en la forma en que interactuamos con el mundo que nos rodea. Las emociones pueden ser desencadenadas por estímulos externos, como eventos sociales o situaciones de vida, o pueden surgir internamente debido a nuestros pensamientos y reflexiones. La bidireccionalidad de este proceso es importante, ya que nuestras emociones también pueden influir en nuestros pensamientos y comportamientos.

A menudo, las personas experimentan emociones intensificadas en ciertas circunstancias, lo que puede llevar a la búsqueda de formas de alivio o escape. Cuando la tristeza o el estrés se vuelven abrumadores, por ejemplo, algunos individuos pueden recurrir a sustancias como el alcohol o las drogas. De este modo, se establece una relación entre emociones complejas y comportamientos adictivos, donde el uso de una sustancia o la adopción de un comportamiento puede ofrecer una solución temporal al malestar emocional.

El ciclo de la adicción: entre la emoción y la dependencia

La adicción puede definirse como una enfermedad crónica que se caracteriza por la búsqueda y el consumo compulsivo de una sustancia, a pesar de sus consecuencias negativas. Este desorden se desencadena frecuentemente por una combinación de factores biológicos, psicológicos y sociales. Las emociones juegan un papel fundamental en este ciclo, ya que pueden ser tanto un desencadenante como una consecuencia de la adicción.

Cuando una persona busca alivio de su dolor emocional a través de una sustancia o comportamiento, se activa el sistema de recompensa del cerebro. Al consumir una sustancia como el alcohol o las drogas, se liberan neurotransmisores, como la dopamina, que crean sensaciones de placer y bienestar. Sin embargo, este alivio es temporal y se ve seguido por un inevitable retorno a la realidad, lo que puede llevar a la repetición del mismo comportamiento. Con el tiempo, la necesidad de consumir la

sustancia se convierte en algo prioritario, desplazando otras emociones y actividades que antes eran significativas.

El papel del manejo emocional en la superación de las adicciones

Un enfoque eficaz para la recuperación de las adicciones es la integración de estrategias de manejo emocional. Esto implica desarrollar habilidades para identificar, entender y regular las emociones. La terapia cognitivo-conductual (TCC), por ejemplo, es un método comúnmente utilizado que se centra en reestructurar pensamientos disfuncionales y en la implementación de técnicas de afrontamiento que ayudarán a los individuos a manejar sus emociones de manera más efectiva. Aprender a reconocer las emociones negativas y manejar los desencadenantes puede ayudar a romper el ciclo de la adicción.

Además, la práctica de la atención plena (mindfulness) ha demostrado ser beneficiosa para aquellos en recuperación. La atención plena permite a los individuos observar sus pensamientos y emociones sin juzgarlos, lo que crea un espacio para la reflexión antes de actuar. Esta forma de autoconsciencia puede ser enormemente útil para evitar respuestas impulsivas a las emociones, que suelen llevar a la recaída.

La interconexión entre emociones y adicciones

La relación entre las emociones y las adicciones es compleja y multifacética. Las emociones influyen tanto en el desarrollo como en la recuperación de las adicciones, lo que pone de manifiesto la necesidad de entender cómo manejar nuestro mundo emocional. La educación emocional y el apoyo social son herramientas vitales para lograr una vida libre de adicciones y, al mismo tiempo, alcanzar un bienestar emocional duradero. No se trata solo de dejar una sustancia o un comportamiento adictivo; se trata de transformar nuestras emociones y crear una nueva narrativa que promueva la salud y la felicidad en nuestras vidas. Este enfoque no solo beneficiará a aquellos que luchan contra la adicción, sino que también enriquecerá la comprensión general de la salud mental en la sociedad.

El impacto de las emociones en la prevención de recaídas

La prevención de recaídas es uno de los mayores desafíos en el tratamiento de las adicciones. Las emociones, especialmente las negativas, pueden ser potentes desencadenantes que llevan a los individuos a regresar a sus comportamientos destructivos. Por lo tanto, es vital fomentar un enfoque proactivo que incluya la prevención a través de la educación emocional. Aprender a identificar los momentos de vulnerabilidad y desarrollar un plan para afrontar la situación sin recurrir a la sustancia es una habilidad esencial en la recuperación.

Además, establecer y mantener una red de apoyo social vital puede ofrecer un refugio en tiempos de crisis emocional. La comunicación abierta sobre las luchas emocionales y la búsqueda de ayuda pueden hacer la diferencia entre una recaída y un avance hacia una vida más saludable. Sin una estrategia de manejo emocional adecuada, el riesgo de recaídas sigue siendo alto, resaltando así la importancia de la integración de las emociones en los planes de tratamiento.

El estigma y la salud emocional

El estigma social que rodea a las adicciones puede tener un impacto significativo en la salud emocional de las personas que las padecen. Muchos adictos se sienten avergonzados, culpables y estigmatizados por su enfermedad, lo que puede dificultar aún más la búsqueda de ayuda y apoyo.

El estigma puede llevar a la discriminación en el lugar de trabajo, la exclusión social y la falta de acceso a servicios de tratamiento adecuados. Esto puede aumentar aún más el estrés y la carga emocional experimentada por las personas que luchan contra una adicción.

Abordando el impacto emocional de las adicciones

Es fundamental abordar el impacto emocional de las adicciones para lograr una recuperación completa y duradera. Esto implica no solo tratar la adicción en sí, sino también abordar los problemas subyacentes y las consecuencias emocionales de la adicción.

Una parte importante del proceso de recuperación es la terapia individual. La terapia puede ayudar a las personas a explorar las causas subyacentes de su adicción, así como a desarrollar estrategias efectivas para manejar las emociones negativas asociadas con ella.

La terapia familiar también puede desempeñar un papel crucial en la recuperación. La adicción no solo afecta a la persona adicta, sino también a sus seres queridos. La terapia familiar puede ayudar a reconstruir la confianza y mejorar la comunicación en las relaciones afectadas por la adicción.

Además de la terapia, es importante rodearse de un sistema de apoyo sólido. Esto puede incluir grupos de apoyo comunitario, como Alcohólicos Anónimos o Narcóticos Anónimos, donde las personas pueden compartir sus experiencias y recibir apoyo de otras personas que han pasado por experiencias similares.

Hipótesis

El consumo de sustancias tiene un impacto emocional negativo en los pacientes del centro de rehabilitación Sin Sahan Avida.