

El abuso de drogas y la drogadicción

Mucha gente no comprende cómo o por qué algunas personas se vuelven adictas a las drogas. Pueden asumir de manera equivocada que los toxicómanos no tienen principios morales o suficiente voluntad y que ellos podrían dejar de consumir drogas si sólo estuvieran dispuestos a cambiar su comportamiento. En realidad, la drogadicción es una enfermedad compleja y el dejar de consumir drogas no se da con la simple intención de hacerlo. De hecho, debido a que las drogas cambian al cerebro de tal manera que fomenta su abuso compulsivo, dejar de consumirlas es difícil, aun para aquellos que están dispuestos a hacerlo. Gracias a los avances científicos, ahora sabemos con mucha más exactitud cómo las drogas trabajan en el cerebro y también sabemos que la drogadicción sí se puede tratar exitosamente, ayudando así a que el toxicómano deje de consumir drogas y vuelva a tener una vida productiva.

El abuso de drogas y la drogadicción tienen consecuencias negativas tanto para las personas como para la sociedad. Según algunos cálculos, el costo total del abuso de sustancias en los Estados Unidos— incluyendo los costos relacionados con la pérdida de productividad, a la salud y al crimen— excede los 600 mil millones de dólares anuales. Esta cifra incluye aproximadamente \$181 mil millones por drogas ilícitas,¹ \$193 mil millones por tabaco² y \$235 mil millones por alcohol.³

A pesar de lo abrumadoras que son estas cifras, no logran ilustrar cabalmente el verdadero impacto del abuso de drogas y de la drogadicción sobre la salud pública, el que incluye la desintegración de la familia, la pérdida del empleo, el fracaso en la escuela, la violencia doméstica y el abuso infantil.

¿Qué es la drogadicción?

La drogadicción es una enfermedad crónica del cerebro, a menudo con recaídas, caracterizada por la búsqueda y el consumo compulsivo de drogas a pesar de las consecuencias nocivas para la persona adicta y para los que le rodean. Si bien es cierto que la decisión inicial de tomar drogas es voluntaria en el caso de la mayoría de personas, con el tiempo los cambios que ocurren en el cerebro pueden afectar el autocontrol y la habilidad del usuario para resistir los impulsos intensos de consumir drogas.

Por fortuna, hay tratamientos que ayudan a contrarrestar los fuertes efectos destructores de la adicción. Las investigaciones demuestran que el mejor método de asegurar el éxito para la mayoría de los pacientes es una combinación de medicamentos para tratar la adicción con la terapia conductual. Se puede lograr una recuperación sostenida y una vida sin abuso de drogas usando enfoques diseñados para tratar el patrón de abuso de drogas específico de cada paciente

conjuntamente con cualquier problema médico, psiquiátrico o social concurrente.

Al igual que muchas otras enfermedades crónicas con recaídas, como la diabetes, el asma o las enfermedades del corazón, la drogadicción puede tratarse exitosamente. Sin embargo, al igual que otras enfermedades crónicas, también es común que haya recaídas y que el drogadicto retorne al consumo de drogas. Estas recaídas, sin embargo, no significan un fracaso. Más bien son una señal de que se debe reinstaurar o ajustar el tratamiento o de que es necesario un tratamiento alternativo para que la persona recobre el control y pueda recuperarse.

¿Qué le pasa al cerebro cuando se usan drogas?

Las drogas contienen sustancias químicas que infiltran el sistema de comunicación del cerebro perturbando el envío, la recepción y el procesamiento normal de información entre las células nerviosas. Hay por lo menos dos maneras que las drogas pueden hacer esto: 1) imitando los mensajeros químicos naturales del cerebro y 2) sobreestimulando el "circuito de gratificación" del cerebro.

Algunas drogas, como la marihuana y la heroína, tienen una estructura similar a la de ciertos mensajeros químicos llamados neurotransmisores, que el cerebro produce de manera natural. Esta semejanza permite a las drogas "engañar" a los receptores del cerebro y activar las células nerviosas para que envíen mensajes anormales.

Otras drogas, como la cocaína o la metanfetamina, pueden hacer que las células nerviosas liberen cantidades

excesivamente altas de los neurotransmisores naturales (especialmente la dopamina) o pueden bloquear el reciclaje normal de estas sustancias químicas en el cerebro, lo cual es necesario para cortar el envío y la recepción de las señales entre las neuronas. El resultado es que el cerebro queda saturado de dopamina. La dopamina es un neurotransmisor que se encuentra en las regiones del cerebro que controlan el movimiento, las emociones, la motivación y las sensaciones placenteras. Normalmente, el sistema de gratificación responde a los comportamientos naturales relacionados con la sobrevivencia (como comer, pasar tiempo con los seres queridos, etc.), pero cuando es sobreestimulado por las drogas psicoactivas produce efectos eufóricos. Esta reacción inicia un ciclo vicioso de refuerzo que "enseña" a las personas a repetir el comportamiento de abuso de drogas que causó la gratificación.

Cuando una persona continúa abusando de las drogas, el cerebro se adapta a estas oleadas abrumadoras de dopamina produciendo menos dopamina o disminuyendo el número de receptores de dopamina en el circuito de gratificación. El resultado es un menor impacto de la dopamina sobre el circuito de gratificación, lo que limita el placer que el usuario es capaz de derivar no sólo de las drogas, sino también de acontecimientos en su vida que anteriormente le causaban placer. Esta disminución en el placer obliga al drogadicto a continuar consumiendo las drogas en un intento de lograr que la función de la dopamina regrese a su nivel normal. Sin embargo, ahora necesita consumir una cantidad mayor de la droga en un intento de elevar la función de la

dopamina a su nivel normal inicial. Este efecto se conoce como *tolerancia*.

El abuso a largo plazo también causa cambios en otros sistemas y circuitos químicos del cerebro. El glutamato es un neurotransmisor que influye sobre el circuito de gratificación y la habilidad para aprender. Cuando el abuso de drogas altera la concentración óptima del glutamato, el cerebro intenta compensar este desequilibrio, lo que puede deteriorar la función cognitiva. Los estudios de imágenes del cerebro de las personas drogadictas muestran cambios en las áreas del cerebro esenciales para el juicio, la toma de decisiones, el aprendizaje, la memoria y el control del comportamiento. En conjunto, todos estos cambios pueden hacer que el toxicómano busque y use las drogas compulsivamente a pesar de conocer las consecuencias adversas, y hasta devastadoras que conlleva su comportamiento. Ésta es la naturaleza de la adicción.

¿Por qué algunas personas se vuelven adictas a las drogas y otras no?

No hay un solo factor que determine si alguien se volverá drogadicto. El riesgo de contraer esta enfermedad está influenciado por una combinación de factores que incluyen la constitución biológica de la persona, el entorno social y la edad o etapa de desarrollo en que se encuentra. Mientras más factores de riesgo se tienen, mayor es la probabilidad de que el consumo de drogas se convierta en adicción. Por ejemplo:

- **Constitución biológica:** Los genes con los que se nace, en combinación

con las influencias del entorno, son responsables de alrededor de la mitad de las vulnerabilidades a la adicción. El sexo, la etnia y la presencia de otros trastornos mentales también pueden influir sobre el riesgo para el abuso de drogas y la drogadicción.

- **Entorno o medio ambiente:** El entorno de cada persona implica muchos factores, desde la familia y los amigos hasta el nivel socioeconómico y la calidad de vida en general. Ciertos factores como la presión social (de amigos o colegas), el abuso físico o sexual, el estrés crónico y la calidad de crianza que les han dado los padres, pueden tener una gran influencia sobre si la persona llega a consumir drogas y si esto progresa a la drogadicción.
- **Etapa de desarrollo:** Los factores genéticos y ambientales interactúan con las etapas críticas del desarrollo humano afectando la susceptibilidad a la adicción. Si bien el consumo de drogas a cualquier edad puede llevar a la adicción, mientras más temprano se comienza a consumir drogas, mayor es la probabilidad que éste progrese al abuso y a la adicción. Lo cierto es que cualquier exposición a drogas de abuso constituye un reto especial para los adolescentes. Como las áreas del cerebro que gobiernan la toma de decisiones, el juicio y el autocontrol aún se están desarrollando activamente durante la adolescencia, los adolescentes pueden ser especialmente propensos a comportamientos de riesgo, los que incluyen la experimentación con las drogas de abuso.

La clave está en la prevención

La drogadicción es una enfermedad que se puede evitar. Los resultados de las investigaciones auspiciadas por el NIDA han demostrado que los programas de prevención que involucran a la familia, la escuela, la comunidad y los medios de comunicación son eficaces para reducir el abuso de drogas. Si bien hay muchos acontecimientos personales y factores culturales que afectan la propensión de una persona a abusar las drogas, cuando los jóvenes perciben que el consumo de drogas es perjudicial, se observa una disminución en la tendencia a consumirlas. Por lo tanto, la educación y el activismo comunitario son claves para ayudar a los jóvenes y al público en general a comprender los riesgos del abuso de drogas. Los maestros, padres, médicos y demás profesionales de la salud pública deben continuar mandando el mensaje que la drogadicción se puede evitar si la persona nunca consume drogas.

Otras fuentes de información

Para más información sobre el abuso de drogas y la drogadicción, por favor vea nuestro folleto *Las drogas, el cerebro y el comportamiento: la ciencia de la adicción* en la página: www.drugabuse.gov/scienceofaddictionSP/.

Para más información en inglés sobre la prevención por favor visite: www.nida.nih.gov/drugpages/prevention.html. Para información en

español, por favor vea nuestro InfoFacts sobre las *Lecciones aprendidas de las investigaciones sobre la prevención* en la página: www.nida.nih.gov/InfoFacts/Lecciones-Sp.html o nuestro libro titulado *Cómo prevenir el uso de drogas en los niños y en los adolescentes*, en la página: www.nida.nih.gov/Prevention/Spanish/principio.html.

Para información en inglés sobre tratamientos, por favor visite: www.nida.nih.gov/drugpages/treatment.html. Para información en español, por favor vea nuestro libro *Principios de tratamientos para la drogadicción: Una guía basada en las investigaciones* en la página: www.drugabuse.gov/PODAT_sp/PODATIndex.html, el InfoFacts *Enfoques de tratamiento para la drogadicción*: www.nida.nih.gov/InfoFacts/Metodos-SP.html o el Reporte de Investigación sobre las comunidades terapéuticas en la página: www.drugabuse.gov/ResearchReports/Terapeutica/Terapeutica.html. Para encontrar un centro de tratamiento con financiamiento público en su estado, por favor llame al 1-800-662-4357 (1-800-662-HELP) o vaya a la página: www.findtreatment.samhsa.gov.

Referencias

¹ Office of National Drug Control Policy (2004). The Economic Costs of Drug Abuse in the United States, 1992-2002. Washington, DC: Executive Office of the President (Publication No. 207303). Disponible en: www.ncjrs.gov/ondcppubs/publications/pdf/economic_costs.pdf.

² Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, U.S. Department of Health and Human Services. Best Practices for Comprehensive Tobacco Control Programs—2007. Disponible en: www.cdc.gov/tobacco/stateandcommunity/best_practices/pdfs/2007/bestpractices_complete.pdf.

³ Rehm, J., Mathers, C., Popova, S., Thavorncharoensap, M., Teerawattananon Y., Patra, J. Global burden of disease and injury and economic cost attributable to alcohol use and alcohol-use disorders. *Lancet*, 373(9682):2223–2233, 2009.

NIDA NATIONAL INSTITUTE
ON DRUG ABUSE

NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH

En Español

**Departamento de Salud y Servicios Humanos de los
Estados Unidos—Institutos Nacionales de la Salud**

Este material se puede usar o reproducir sin necesidad de pedir permiso al NIDA.
Se agradece citar la fuente.