

# Tratamientos para distintos tipos de adicciones y recursos donde acudir



**Autoría:**

Teresa Cubillo Estívariz

*Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD)*

**Ilustraciones:**

JajaStudio

**Coordinan:**

Leticia Cardenal

Mustafa Mohamed

L. María Capellán

M<sup>a</sup> Carmen Morillas

Teresa Pintor

Lola Ramírez

**Edita:****CEAPA**

Puerta del Sol, 4 - 6º A

28013 MADRID

**Primera edición:**

Mayo 2021

**Maquetación:****IO Sistemas de Comunicación****Imprime:****IO Sistemas de Comunicación**

Enrique Granados, 24

28523 MADRID

**JUNTA DIRECTIVA DE CEAPA:**

Leticia Cardenal Salazar, Mustafa Mohamed Mustafa, L. María Capellán Romero, M<sup>a</sup> Carmen Morillas Vallejo, Olga Leralta Piñán, Miguel Ángel Sanz Gómez, Clara Díaz Alonso, Cristina Conte Oliver, José Manuel Torre Calderón, Adelaida Martín Casanova, Mónica Martínez Quero, Javier Chavanel Pastor, Virginia Romero Pinto, José Antonio Álvarez Caride, M<sup>a</sup> del Mar López Valbuena, Francisco Cantero Dengra, Santiago Álvarez Folgueras, Javier López Hernández y Josep Pasqual Albiol Esteller.

# Tratamientos para distintos tipos de adicciones y recursos donde acudir

El fenómeno de las adicciones es complejo y son varios los factores que pueden influir en su desarrollo: **psicológicos, biológicos, ambientales, económicos...** las personas adictas buscan evadirse de un malestar o una realidad que les desborda y no saben cómo afrontar.

Las familias afectadas lo viven en soledad y sobrellevan una gran carga de sufrimiento, sentimiento de culpa e incompreensión.

Al tratarse de un tema social es necesario que por parte de las instituciones públicas y privadas se ofrezca información y formación adecuadas para **prevenirlo** y por otro lado, apoyo psicológico, recursos, atención y contención tanto para las personas afectadas como para sus familiares.

Las adicciones afectan a todos los ámbitos de la vida de la persona que la sufre y de las de su entorno más cercano, produciendo graves distorsiones en las relaciones, en los hábitos de conducta y actividades diarias y provocando malestar emocional y psicológico. También pueden derivar en enfermedades diversas, problemas legales, laborales y económicos. Todo ello, provoca aislamiento y desadaptación personal, que se agravan a medida que avanza el proceso de adicción.

Hay situaciones sociales que pueden facilitar la aparición de las conductas adictivas, como la pandemia por COVID, ya que provocan niveles de ansiedad y frustración que no todas las personas toleran y manejan. Esto, unido a cierta vulnerabilidad derivada de situaciones ambientales y características de la propia persona, hace más difícil la relación con las sustancias y más sencilla la instauración de la adicción.

En cuanto a sustancias se refiere, siguen consumiéndose las habituales y algunas están en aumento (cocaína, heroína, alcohol, cannabis) y aparecen nuevas drogas de síntesis que cambian con frecuencia sus componentes para evadir el peso de la ley.

En general, existe el mito de no considerar el consumo de algunas sustancias (alcohol, tabaco, cannabis) como nocivas y en el caso del cannabis no se perciben las consecuencias peligrosas de su consumo. Esta falta de conciencia está provocando un aumento y normalización del consumo a edades cada vez más tempranas.

Por ello, es necesario hacer hincapié en una buena **prevención** desde las distintas instituciones sociales y la familia potenciando los factores de protección y reduciendo, en la medida de lo posible, los factores de riesgo que pueden influir en la aparición de una adicción.

## Uso, abuso y dependencia

Lo más importante a la hora de abordar este problema es saber distinguir cuándo se trata de un **uso**, un **abuso** o ya existe una **dependencia** (ya que todo uso no necesariamente implica o implicará una adicción), y también si se trata de una **dependencia** a sustancias o una **adicción comportamental**.

En la mayoría de las ocasiones el inicio de consumo no conduce a la dependencia. La **dependencia** es un proceso complejo y lento que pasa por diferentes fases en las que la **cantidad, la frecuencia y las formas de consumo, varían**. Nos encontramos así con un abanico de situaciones que va desde la simple experimentación hasta la **dependencia**, pasando por otras formas de uso más **ocasional o sistemático** que pueden acarrear repercusiones más o menos problemáticas para la persona.

Cuando el consumo tiene el objetivo de cubrir necesidades que la persona no sabe afrontar con sus propios recursos, o se convierte en el centro de su ocio, es fácil que se pase a **consumos sistemáticos y compulsivos** generando una **dependencia** tanto **física** como **psicológica**. Y es a partir de ese punto cuando se empieza a perder el control de la situación. La persona ya no sólo consume para lograr cubrir determinadas necesidades, sino que también lo hace para evitar los efectos negativos de la **abstinencia**. La metas y objetivos que antes ocupaban un primer lugar se **abandonan** o pasan a un segundo plano.

A medida que la adicción se va haciendo más intensa, la "fachada" se derrumba, el **deterioro** se hace más evidente y provoca en la persona un proceso de despersonalización y autodestrucción que afecta a su forma de pensar, de sentir y de relacionarse con su familia y con cuantas personas se encuentren en su entorno más cercano.

## Tratamiento de adicciones y socioadicciones

El fin último de un tratamiento de adicciones es conseguir una **mejora en la calidad de vida de la persona** y solucionar en lo posible, los problemas colaterales que aparecen como consecuencia de la adicción.

En un proceso adictivo puede pasar un tiempo desde que se instala la adicción hasta que la persona o el entorno lo detectan y se hacen cons-

cientes del problema. Las adicciones comportamentales son más difíciles de detectar y se identifican normalmente cuando ya hay una pérdida de control excesivo en el consumo del juego, trabajo, nuevas tecnologías, etc.

Normalmente es el entorno más cercano (familia, pareja, amistades) quien detecta el problema cuando todavía la persona adicta no lo reconoce, porque ve cambios en ella tanto físicos como de estado de ánimo, agresividad, abandono de actividades habituales, gasto excesivo de dinero, descuido de la salud o la higiene, etc.

En ese momento es importante que el entorno cercano pida ayuda profesional para aprender a manejar la situación, para poner límites y normas, aprender técnicas de comunicación asertiva, y sobre todo, para aplicar firmeza a la hora de llevar a cabo decisiones que se tornan difíciles pero que son, a la larga, beneficiosas para todas y todos.

La mayor parte de los tratamientos de adicciones lo hacen desde un enfoque bio-psico-social, ya que quedan afectadas por la adicción varias áreas de la vida de la persona:

- **Biológica:** afecta al funcionamiento del cerebro y el Sistema Nervioso, puede haber daño en algunos órganos como el hígado, pulmones, riñones, páncreas, estómago, dentadura o aparecer enfermedades de transmisión sexual.
- **Psicológica:** el consumo de algunas sustancias puede provocar la aparición de enfermedades mentales, o si ya existían, hacer que se agraven, o empeoren sus síntomas.
- **Relacional:** se deterioran las relaciones familiares y de amistad y aparece un sentimiento de soledad.
- **Laboral:** con el empeoramiento de la adicción y la consecuente pérdida del control sobre el consumo, puede afectar en el plano laboral y

acabar perdiendo el empleo si lo tiene o no siendo capaz de mantener empleos cuando los encuentra.

- **Económico:** por deudas derivadas de la adicción.
- **Legales:** porque acaban cometiendo actos delictivos para conseguir dinero o porque su conducta se torna violenta y se meten en líos.

Por este motivo, los tratamientos deben ser **multidisciplinares**, es decir, comprender terapia psicológica, farmacológica y psicosocial.

Cuando la persona acepta empezar un tratamiento de adicciones, lo primero que hay que tratar es la **dependencia física** con ayuda médica y farmacológica, así como tratar las posibles enfermedades que hayan podido aparecer como consecuencia del consumo.

Una vez superado el **síndrome de abstinencia**, es fundamental tratar la **dependencia psicológica** que es la compulsión por consumir periódicamente para experimentar un estado de bienestar (placer, euforia, tranquilidad, sociabilidad, etc.) o librarse de un estado “desagradable” (aburrimiento, timidez, estrés, dificultad para resolver problemas, etc.).

La **dependencia física** de las sustancias es relativamente fácil de superar tras un período de desintoxicación que, en función del tipo de adicción, puede prolongarse hasta 15 días.

Es más difícil tratar la **dependencia psicológica**, tanto en las adicciones a sustancias como en las socioadicciones, ya que requiere introducir cambios en la conducta y en las emociones de la persona que le permitan funcionar psicológicamente (obtener satisfacción, superar el aburrimiento, afrontar la ansiedad, tolerar la frustración, establecer relaciones sanas, etc.) sin necesidad de recurrir a las drogas o al objeto de adicción.

## Recursos para tratamiento de adicciones

Para buscar un recurso adecuado, se debe tener en cuenta la **edad de la persona** y el **tipo de adicción** como características principales, además de la situación personal, familiar, social y económica y si padece o no alguna enfermedad mental, en cuyo caso estaríamos hablando de patología dual.

En España existen diversos recursos de atención en las distintas ciudades y Comunidades Autónomas.

Estos centros pueden ser: **públicos** (son gratuitos y dependen de las Administraciones Públicas), **privados** (muchos no tienen financiación pública y por tanto tienen un coste) y **privados concertados** (que, al tener cierta financiación pública o privada, resultan más económicos que uno privado).

Según la especialización de los recursos existen tres niveles:

- **Los recursos de primer nivel:** la persona afectada hace un primer contacto con el sistema para luego poder derivarla hacia recursos más específicos. La atención es más básica y está orientada a detectar la gravedad del problema, captar y motivar hacia el tratamiento. Aquí se incluyen los **centros y equipos de atención primaria** y los **recursos de reducción de daño**.
- **Recursos de segundo nivel:** Es donde se presta atención más personalizada en régimen ambulatorio y donde se realizan los tratamientos integrales con equipos multidisciplinares (profesionales de la medicina, la psicología, el trabajo social, la abogacía, entre otros). Estos equipos desarrollan programas personalizados de tratamiento interviniendo en las distintas áreas afectadas. Aquí se incluyen: los **tratamientos sustitutivos de opiáceos, centros ambulatorios integrados en la red de salud mental**, de recursos sociales, y otros programas privados o

privados concertados de tratamiento de adicciones en régimen ambulatorio. El acceso a los mismos es **directo** o por **derivación** de los dispositivos de primer nivel.

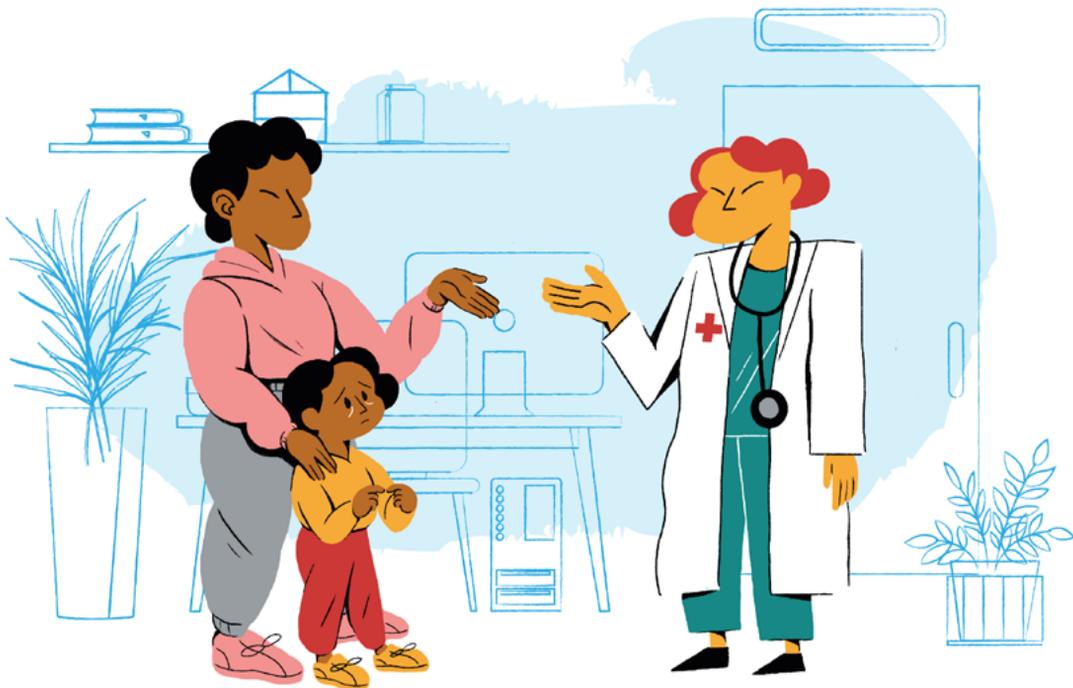
- **Recursos de tercer nivel:** Son recursos donde se hace un tratamiento integral especializado en adicciones. Suelen ser gratuitos si se llega derivado de los recursos de primer y segundo nivel de carácter público, o si se trata de recursos privados, suelen ser de acceso directo y tienen un coste en función de si estos recursos están o no subvencionados. Se incluyen aquí: **Unidades de desintoxicación hospitalaria** (para la desintoxicación en régimen de ingreso), **comunidades terapéuticas** (centros residenciales de tratamiento cuando la persona necesita alejarse del entorno del consumo y se realiza de una forma más intensiva y controlada) y **recursos de apoyo al tratamiento** (pisos de acogida o reinserción para personas que carecen de apoyo familiar. Están atendidas por profesionales, son de régimen semiabierto y acuden al tratamiento en otros centros de referencia), **centros de día** (centros especializados en régimen ambulatorio y que ofrecen apoyo al tratamiento).
- Existen también los **centros de convivencia**, que suelen ser privados, y donde no se ofrece tratamiento terapéutico especializado.
- Para poder obtener información de los diferentes recursos a los que se puede recurrir, así como orientación, apoyo psicológico, escucha y contención cuando existe una adicción, puede ponerse en contacto con:
- **SIOF** (atención a nivel nacional):

Teléfono gratuito **900161515** de lunes a viernes no festivos de **9.00 a 21.00 horas**.

O también llamar a los teléfonos de información general de los distintos **Planes Autonómicos de Drogas:**

<b>Andalucía</b>	<b>CONSEJO DE GOBIERNO</b> Servicio Andaluz de Salud Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación	<b>955 04 80 00</b>
<b>Región de Murcia</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA Y ADICCIONES</b> Consejería de Salud	<b>968 36 22 93</b> <b>968 22 66 17</b>
<b>Comunidad Valenciana</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE ASISTENCIA SANITARIA</b> Consejería de Sanidad Universal y Salud Pública	<b>96 192 81 90</b>
<b>Extremadura</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA</b> Servicio Extremeño de Salud Secretaría Técnica de Drogodependencias	<b>900 210 994</b> <b>924 38 27 76</b>
<b>Castilla-La Mancha</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA Y CONSUMO</b> Consejería de Sanidad	<b>925 26 72 32</b>
<b>Comunidad de Madrid</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE COORDINACIÓN SOCIO-SANITARIA</b> Consejería de Sanidad	<b>91 370 21 21</b> <b>91 370 21 23</b>
	<b>Información sobre adicciones</b>	Teléfono atención al público (de lunes a viernes de 9 a 20 horas)
		Teléfono gratuito de información general sobre drogas
<b>Castilla y León</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE LA MUJER Y COMISIONADO REGIONAL PARA LA DROGA</b> Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades Teléfono atención al público: <b>983 413 674</b>	<b>983 41 09 23</b> <b>983 41 09 24</b>
<b>Aragón</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA</b> Departamento de Sanidad	<b>976 71 59 62</b> <b>976 71 25 95</b>
<b>Cataluña</b>	<b>Subdirección General de Drogodependencias</b> <b>SECRETARÍA GENERAL DE SALUD PÚBLICA</b> Departamento de Salud Teléfono de atención al público <b>93 412 04 12</b>	<b>93 551 35 88</b>
<b>Comunidad Foral de Navarra</b>	<b>INSTITUTO DE SALUD PÚBLICA Y LABORAL DE NAVARRA</b> Plan Foral de Drogodependencias Departamento de Salud	<b>848 42 34 40</b>
<b>La Rioja</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA Y CONSUMO</b> Consejería de Salud Servicio de Drogodependencias y otras Adicciones Teléfono gratuito de información sobre Drogas: <b>900 714 110</b>	<b>941 29 12 00</b> <b>941 29 19 48</b>
<b>País Vasco</b>	<b>DIRECCIÓN DE SALUD PÚBLICA Y ADICCIONES</b> Departamento de Salud Teléfono de información y ayuda 24 h <b>900 20 30 50</b>	<b>945 01 81 04</b>

<b>Cantabria</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA</b> Consejería de Sanidad Teléfono de Prevención: <b>942 207 953</b>		Teléfono de Información: <b>942 207 792</b>
<b>Principado de Asturias</b>	<b>PLAN SOBRE DROGAS PARA ASTURIAS</b> Dirección General de Salud Pública Consejería de Sanidad. Servicio de Evaluación de la Salud y Programas		<b>985 668 153</b>
<b>Galicia</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE INNOVACIÓN Y GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA</b> Xunta de Galicia. Consejería de Sanidad Subdirección General de Programas de Fomento de Estilos de Vida Saludables Teléfono del Servicio de prevención: <b>881 541 858</b>		<b>881 548 630</b> <b>881 548 631</b>
<b>Illes Balears</b>	<b>PLAN DE ADICCIONES Y DROGODEPENDENCIAS DE LAS ISLAS BALEARES. PADIB</b> Dirección General de Salud Pública y Participación Consejería de Salud		<b>971 177 364</b> <b>971 176 665</b>
<b>Canarias CONSEJERÍA DE SANIDAD</b>	<b>Dirección General de Salud Pública.</b> Las Palmas de Gran Canaria		<b>928 307 510</b>
	<b>Dirección General de Salud Pública</b> Santa Cruz de Tenerife		<b>922 474 900</b>
	<b>Servicio de Atención a las Drogodependencias</b> Las Palmas de Gran Canaria		<b>928 307 519</b>
	<b>Servicio de Atención a las Drogodependencias</b> Santa Cruz de Tenerife		<b>922 951 191</b>
<b>Ceuta</b>	<b>CONSEJERÍA DE SANIDAD Y CONSUMO</b> Plan sobre Drogas Ciudad Autónoma de Ceuta Área de Prevención Unidades de Juego Patológico e Inserción Sociolaboral	Área Asistencial. Unidad de Conductas Adictivas (UCA)	<b>856 205 009</b>
			<b>856 205 009</b>
			<b>956 503 359</b>
<b>Melilla</b>	<b>DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD Y CONSUMO</b>	<b>Oficina de atención al drogodependiente. Comisionado de Melilla para el Plan Nacional sobre Drogas</b> Consejería de Bienestar Social Teléfono de información sobre drogodependencias: <b>952 69 93 01</b>	<b>952 699 301</b> Atención de Lunes a viernes en horario de 9 a 13 h



Financiado por:



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE PADRES Y MADRES DEL ALUMNADO  
Puerta del Sol, 4 | 6º A | 28013 MADRID | Teléfono 91 701 47 10 | [ceapa@ceapa.es](mailto:ceapa@ceapa.es)

[www.ceapa.es](http://www.ceapa.es)  <https://www.facebook.com/ceapa.formacion>

 [https://twitter.com/ceapa\\_oficial](https://twitter.com/ceapa_oficial)  [https://www.instagram.com/ceapa\\_oficial/](https://www.instagram.com/ceapa_oficial/)