



Protocolo de tratamiento de las adicciones sin sustancia psicoactiva

F. Mora Mínguez^{a,b}, H. Dolengevich Segal^{b,c} y J. Quintero^{a,b}

^aServicio de Psiquiatría. Hospital Universitario Infanta Leonor. Madrid. España. ^bFundación Psiformación. Madrid. España. ^cServicio de Psiquiatría. Hospital Universitario del Henares. Coslada. Madrid. España.

Palabras Clave:

- Adicciones sin sustancia
- Adicciones comportamentales
- Juego patológico
- Adicción a nuevas tecnologías
- Adicción a Internet

Keywords:

- No substance addictions
- Behavioral addictions
- Pathological gambling
- Addiction to new technologies
- Internet addiction

Resumen

En las adicciones sin sustancia psicoactiva o comportamentales como el juego patológico, la adicción a las compras, el sexo o las nuevas tecnologías, un hábito de conducta aparentemente inofensivo puede convertirse en adictivo e interferir gravemente en la vida de las personas afectadas. Este tipo de adicciones presentan características clínicas similares a aquellas con sustancia psicoactiva, como la pérdida de control, la excitación excesiva antes de realizar dicha conducta y el alivio en el momento de realizarla. El objetivo del tratamiento debe centrarse en el reaprendizaje del control de la conducta y el cambio en el estilo de vida. Las terapias más contrastadas son las de tipo conductual, cognitivo y cognitivo-conductual, así como los grupos de autoayuda; el uso de psicofármacos se reserva para el tratamiento de los trastornos comórbidos.

Abstract

Treatment protocol for addictions without psychoactive substances

In behavioral addictions as pathological gambling, addiction to shopping, sex or new technologies, a seemingly harmless lifestyle behavior can become addictive and seriously interfere in the lives of those affected. This type of addictions present similar clinical features as those with psychoactive substance, such as loss of control, excessive excitement before the behavior and relief at the time of it performance. The aim of treatment should focus on relearning the control of behavior and change in lifestyle. The most useful therapies are behavioral, cognitive and cognitive-behavioral as well as self-help groups; the use of psychotropic drugs is reserved for the treatment of comorbid disorders.

Definición de las adicciones sin sustancias

Las adicciones sin sustancias son conocidas como adicciones no químicas, comportamentales, sociales o de la conducta. Se trata de aquellas adicciones en las que no hay una sustancia psicoactiva (alcohol, tabaco, cocaína, etc...) como base del fenómeno adictivo, sino una conducta que se convierte en patológica en función de la intensidad, frecuencia o cantidad

de dinero invertida en ella, y del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales y/o laborales de las personas implicadas.

De hecho, existen hábitos de conducta aparentemente inofensivos que, en determinadas circunstancias, pueden convertirse en adictivos e interferir gravemente en la vida cotidiana de las personas afectadas. Cualquier actividad normal percibida como placentera es potencialmente susceptible de convertirse en una conducta adictiva¹.

Propuesta de clasificaciones diagnósticas

Si bien el DSM (Manual diagnóstico y terapéutico de las enfermedades mentales) ha sido tradicionalmente reacio a reconocer las adicciones sin sustancia como un trastorno mental, en la última revisión (DSM-5) esta tendencia ha cambiado. Así, el juego patológico, clasificado anteriormente en el apartado de trastornos del control de impulsos no clasificados en otros apartados, se ha incluido dentro de los trastornos relacionados con sustancias y trastornos adictivos, considerándolo sin lugar a dudas como un trastorno adictivo. Además en la sección III de este manual, reservada a las condiciones que requieren un estudio posterior, se ha incluido el trastorno por juego en Internet². Sin embargo, otras adicciones comportamentales como la adicción a las compras, al sexo o a las nuevas tecnologías no han sido recogidas en este manual.

En la tabla 1 se presenta una posible clasificación de este tipo de adicciones.

Características clínicas y propuestas de evaluación

De forma similar a las adicciones con sustancias, lo que caracteriza a las comportamentales es la pérdida de control sobre la conducta y la dependencia. Las conductas adictivas están controladas inicialmente por reforzadores positivos –el aspecto placentero de la conducta en sí–, pero terminan siendo controladas por reforzadores negativos –el alivio de la tensión emocional–. Así pues, una persona que no presenta adicción puede practicar sexo, trabajar, hablar por el móvil o conectarse a Internet por la utilidad o el placer de la conducta en sí misma; una persona adicta, por el contrario, lo hace buscando el alivio del malestar emocional³.

Si bien es evidente que las distintas adicciones comportamentales son distintas entre sí, comparten algunas características clínicas, no sólo entre ellas, sino también con las adicciones a sustancias³⁻⁵:

1. Tensión o excitación excesivas antes de realizar dicha conducta; con sentimientos de urgencia e incluso *craving* por realizarla.

2. Placer, gratificación o alivio en el momento de realizar la conducta. Con una reducción de la ansiedad previa y una euforia excesiva como resultado.

3. Descuido de otras actividades importantes, invirtiendo más tiempo del deseado en la conducta adictiva. En el caso, por ejemplo, de la adicción a las nuevas tecnologías incluso reduciendo horas de sueño.

4. Sentimientos de vacío cuando se priva de su comportamiento adictivo.

5. Pensamientos continuos sobre la conducta patológica.

6. Mentir respecto al tiempo o dinero empleado en la misma. Minimizar el gasto en el caso de la adicción a las compras y del juego patológico; así como engañar respecto a las horas de uso de Internet o del *smartphone*, en las adicciones a las nuevas tecnologías.

TABLA 1
Tipos de adicciones sin sustancia

Juego patológico	Adicción a las nuevas tecnologías
Adicción al sexo	Adicción a los videojuegos
Adicción a las compras	Adicción a internet
Adicción a la comida	Adicción al ciberjuego
Adicción al trabajo	Adicción a redes sociales
Adicción al ejercicio físico	Adicción al <i>smartphone</i>

7. Problemas a nivel social: conflictos familiares, aislamiento social (en el caso, por ejemplo, de la adicción a Internet), problemas económicos e incluso legales.

En algunas adicciones a las nuevas tecnologías (como a Internet o a los videojuegos) se habla de efectos físicos y consecuencias fisiológicas como fatiga ocular (ojo seco), migrañas, síndrome del túnel carpiano, problemas musculares y dolores de espalda; incluso epilepsia y cuadros convulsivos. Todo ello en relación con el sedentarismo, el cansancio, el sueño, el agotamiento mental y las alteraciones del sistema inmune⁶.

El diagnóstico de las adicciones sin sustancia psicoactiva es fundamentalmente clínico. Detectando cuál es la conducta patológica, así como los síntomas y signos anteriormente descritos.

Existen, no obstante, algunas escalas que se pueden utilizar para la detección en la población general de alguno de estos trastornos. La mayor parte de la literatura al respecto corresponde al juego patológico; sin embargo, existen escalas para el diagnóstico de otras adicciones comportamentales, tal y como se recoge en la tabla 2^{4,7-9}.

¿Cómo abordar una adicción sin sustancia?

No todas las adicciones sin sustancia son similares, ni tampoco lo son las personas que las padecen. No obstante, hay ciertos aspectos comunes en la motivación para el tratamiento, en la elección del objetivo terapéutico y en la selección de las técnicas de intervención¹.

Tratamiento farmacológico

No existe ningún fármaco con indicación específica para las adicciones sin sustancia psicoactiva; por lo que la recomen-

TABLA 2
Escala para la evaluación de las adicciones sin sustancia

Escalas de juego patológico	<i>The South Oaks Gambling Screen (SOGS)</i> <i>NORC DSM Screen for Gambling problems</i>
Escalas de adicción al sexo	<i>Sexual Addiction Screening Test</i> <i>Compulsive Sexual Behavior Inventory</i>
Escalas de adicción a las compras	Escala de compra compulsiva de Valence, d'Astous y Fortier Escala de compra compulsiva de Edwards Test de adicción a las compras (Echeburúa, de Corral y Amor)
Escalas de adicción al trabajo	<i>WorkBAT Scale</i>
Escalas de adicción a las nuevas tecnologías	Cuestionario de adicción a Internet de Young <i>Manolis/Robins Cell-Phone Addiction Scales (MRCPAS)</i>

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/3808898>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/3808898>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)