

Enfoques para el tratamiento de la drogadicción

NOTA: Ésta es una hoja informativa sobre los hallazgos de las investigaciones sobre enfoques eficaces para el tratamiento del abuso de las drogas y la drogadicción. Si usted está buscando tratamiento, por favor llame al 1-800-662-4357 (1-800-662-HELP) para obtener información sobre las líneas telefónicas de emergencia, los servicios de consejería o las opciones de tratamiento que hay en su estado. Este número pertenece al Servicio Nacional para el Tratamiento del Abuso de Alcohol y Drogas, que forma parte de la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés). También se pueden encontrar los programas de tratamiento para la drogadicción en cada estado en la página electrónica www.findtreatment.samhsa.gov.

La drogadicción es una enfermedad compleja que se caracteriza por el deseo, la búsqueda y el consumo compulsivos, y en ocasiones incontrolables, de la droga que persisten a pesar de las consecuencias adversas y graves que resultan. Si bien el camino a la drogadicción comienza con el acto voluntario de tomar las drogas, con el tiempo queda comprometida la habilidad de la persona para poder decidir no consumir drogas, y la búsqueda y el consumo de la droga se vuelven compulsivos. Esta conducta es en gran parte el resultado de los efectos de la exposición prolongada de la función cerebral a la droga. La adicción es una enfermedad del cerebro que afecta múltiples circuitos cerebrales, entre ellos

los relacionados con la gratificación y la motivación, el aprendizaje y la memoria, y el control de las inhibiciones sobre el comportamiento.

Dado que el abuso de drogas tiene tantas dimensiones y altera tantos aspectos de la vida de una persona, el tratamiento no es sencillo. Los programas eficaces de tratamiento suelen incorporar muchos componentes, cada uno dirigido a un aspecto particular de la enfermedad y sus consecuencias. El tratamiento para la adicción debe ayudar al paciente a dejar de usar drogas, a mantener un estilo de vida libre de ellas y a lograr un funcionamiento productivo en la familia, el trabajo y la sociedad. Puesto que típicamente la adicción es una enfermedad crónica, las personas simplemente no pueden dejar de consumir drogas por unos días y curarse. La mayoría de los pacientes requieren cuidados a largo plazo o varios episodios de tratamiento para lograr la verdadera meta de la abstinencia continuada y la recuperación de la vida productiva.

Con demasiada frecuencia, la adicción no recibe tratamiento.

Según la Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas y la Salud (NSDUH, por sus siglas en inglés) llevada a cabo por la SAMHSA, 23.2 millones de personas de 12 años de edad en adelante

(9.4 por ciento de la población estadounidense) necesitaron tratamiento para el abuso de drogas ilícitas o problemas con el alcohol en el año 2007. De estas personas, 2.4 millones (10.4 por ciento de las que necesitaban tratamiento) fueron atendidas en un centro especializado (es decir, un hospital, una clínica de rehabilitación de drogas o alcohol o un centro de salud mental). De manera que 20.8 millones de personas (8.4 por ciento de la población de 12 años o mayores) que necesitaban tratamiento para el abuso de drogas ilícitas y del alcohol no lo recibieron. Estos cálculos son similares a los de años anteriores.¹

Principios para un tratamiento eficaz

Las investigaciones científicas realizadas desde mediados de los años setenta muestran que el tratamiento puede ayudar a los toxicómanos a dejar de consumir las drogas, evitar las recaídas y recuperar con éxito sus vidas. Basándose en estas investigaciones, se han identificado los siguientes principios clave que deben formar la base de cualquier programa de tratamiento eficaz:

- La adicción es una enfermedad compleja que se puede tratar y que afecta el funcionamiento del cerebro y el comportamiento.
- No hay un solo tratamiento que sea apropiado para todas las personas.
- El tratamiento debe tener acceso fácil.
- El tratamiento eficaz atiende las distintas necesidades de la persona, no solamente su drogadicción.
- La permanencia en el tratamiento durante un periodo adecuado de tiempo es esencial para su eficacia.
- La consejería —individual o de grupo— y otras terapias conductuales son las modalidades de tratamiento para la drogadicción usadas con más frecuencia.
- Los medicamentos constituyen un componente importante del tratamiento para muchos pacientes, especialmente cuando se ofrecen en conjunto con consejería y otras terapias conductuales.
- Se debe evaluar frecuentemente el tratamiento y los servicios que recibe cada persona, modificándolos cuando sea necesario para garantizar que se ajusten a cualquier cambio en sus necesidades.
- Muchos drogadictos también presentan otros trastornos mentales.
- El manejo médico de la desintoxicación es apenas la primera etapa del tratamiento para la drogadicción y por sí solo hace poco para modificar el abuso de drogas a largo plazo.
- El tratamiento no necesita ser voluntario para ser eficaz.
- Se debe mantener una vigilancia continua para detectar posibles recaídas durante el tratamiento.
- Los programas de tratamiento deben proporcionar una evaluación para el VIH/SIDA, la hepatitis B y C, la tuberculosis y otras enfermedades infecciosas. Asimismo deben

proporcionar consejería para ayudar a las personas a modificar o cambiar aquellos comportamientos que hacen que corran riesgo de contraer o propagar enfermedades infecciosas.

Enfoques para un tratamiento eficaz

Las terapias de medicamentos y conductuales, especialmente cuando se usan en conjunto, son elementos importantes de un proceso terapéutico general que a menudo comienza con la desintoxicación, seguida por el tratamiento y la prevención de las recaídas. La disminución de los síntomas del síndrome de abstinencia puede ser importante al iniciar el tratamiento, mientras que la prevención de las recaídas es necesaria para mantener los efectos del mismo. En ocasiones, y al igual que con otras enfermedades crónicas, los episodios de recaídas pueden requerir que el toxicómano repita etapas anteriores del tratamiento. Un cuidado continuo que comprenda un régimen de tratamiento individualizado que tome en cuenta todos los aspectos de la vida de la persona puede ser esencial para lograr y mantener exitosamente un estilo de vida sin drogas. Este cuidado abarca servicios médicos y de salud mental, así como opciones de seguimiento (por ejemplo, sistemas de apoyo familiar y comunitario).

Medicamentos

Los medicamentos se pueden utilizar para ayudar en el manejo de los diferentes aspectos del proceso del tratamiento.

El síndrome de abstinencia. Los medicamentos ayudan a suprimir los síntomas del síndrome de abstinencia

durante la desintoxicación. Sin embargo, la desintoxicación con ayuda médica no es en sí un “tratamiento”, sino que es apenas el primer paso en el proceso de tratamiento. Los pacientes que se someten a un proceso de desintoxicación con ayuda médica pero no reciben tratamiento adicional, muestran patrones de abuso de drogas similares a aquellos que jamás fueron tratados.

Tratamiento. Pueden usarse los medicamentos para ayudar a restablecer la función normal del cerebro, prevenir las recaídas y disminuir los deseos de consumir la droga. Actualmente hay medicamentos para tratar la adicción a las sustancias opioides (la heroína y la morfina), al tabaco (la nicotina) y al alcohol, y se están desarrollando otros medicamentos para tratar la adicción a los estimulantes (la cocaína y la metanfetamina) y al cannabis (la marihuana). Sin embargo, la mayoría de las personas con problemas graves de adicción son toxicómanos múltiples (consumen más de una droga) y necesitan tratamiento para todas las sustancias de las que abusan.

- *Sustancias opioides:* La metadona, la buprenorfina y, para ciertas personas, la naltrexona, son medicamentos eficaces para el tratamiento de la adicción a los opiáceos. La metadona y la buprenorfina actúan sobre los mismos lugares del cerebro que la heroína y la morfina, por lo que reducen los síntomas del síndrome de abstinencia y alivian el deseo vehemente por la droga. La naltrexona bloquea los efectos de la heroína u otras sustancias opioides en sus receptores y solamente debe usarse en pacientes que ya se han

desintoxicado. Debido a problemas de adherencia a las indicaciones de uso de esta droga, la naltrexona no se usa tan ampliamente como los demás medicamentos. Todos los medicamentos ayudan a los pacientes a apartarse de la búsqueda de drogas y otros comportamientos criminales y los hacen más receptivos a los tratamientos conductuales.

- *Tabaco:* Ahora existen numerosas formulaciones de terapia de reemplazo de la nicotina que se pueden obtener sin receta médica, entre las que se encuentran los parches, el spray, el chicle o goma de mascar y las pastillas para chupar. Además, la Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) ha aprobado dos medicamentos de prescripción para tratar la adicción al tabaco: el bupropión y la vareniclina. Tienen distintos mecanismos de acción en el cerebro, pero ambos ayudan a prevenir las recaídas en las personas que buscan dejar el tabaquismo. Se recomienda combinar cada uno de estos medicamentos con tratamientos conductuales, entre ellos las terapias individuales y de grupo, así como líneas directas de ayuda telefónica para dejar el tabaquismo.
- *Alcohol:* Existen tres medicamentos aprobados por la FDA para el tratamiento de la dependencia del alcohol: naltrexona, acamprosato y disulfiram. Existe un cuarto medicamento, el topiramato, que está arrojando resultados alentadores

en estudios clínicos. La naltrexona bloquea los receptores de opioides que participan en los efectos gratificantes del consumo de alcohol y en el deseo vehemente de beber. Reduce la recaída al abuso del alcohol y es muy eficaz en muchos pacientes, pero no en todos, lo cual posiblemente se deba a las diferencias genéticas. Se cree que el acamprosato reduce los síntomas del síndrome de abstinencia prolongada, tales como el insomnio, la ansiedad, la intranquilidad y la disforia (estado emocional desagradable o incómodo, como la depresión, ansiedad o irritabilidad). Puede ser más eficaz en pacientes con dependencia aguda. El disulfiram interfiere con la degradación del alcohol, lo que resulta en una acumulación de acetaldehído que, a su vez, produce una reacción muy desagradable de rubor, náuseas y palpitaciones si el paciente consume alcohol. Si bien puede haber dificultades con el cumplimiento del tratamiento, el disulfiram puede ser muy eficaz entre los pacientes con mucha motivación.

Tratamientos conductuales

Los tratamientos conductuales ayudan a que los pacientes se comprometan con el proceso de tratamiento, modifiquen sus actitudes y comportamientos relacionados con el abuso de las drogas y aumenten sus destrezas para llevar una vida más saludable. Estos tratamientos también pueden mejorar la eficacia de los medicamentos y ayudar a que las personas continúen en tratamiento por más tiempo.

El tratamiento del abuso y la adicción a las drogas se puede llevar a cabo en entornos muy distintos usando una variedad de enfoques conductuales.

Los programas de tratamientos conductuales ambulatorios abarcan una gran variedad de programas para los pacientes que visitan las clínicas a intervalos regulares. La mayoría de los programas incluyen consejería individual o en grupo para el abuso de las drogas. Algunos programas también ofrecen otras formas de tratamientos conductuales como:

- *Terapia cognitiva-conductual*, que ayuda a los pacientes a reconocer, evitar y enfrentar aquellas situaciones en las que hay más probabilidad de que abusen de las drogas.
- *Terapia familiar multidimensional*, que fue desarrollada para adolescentes con problemas de abuso de las drogas y para mejorar el funcionamiento de la familia en general, trata los diversos factores que influyen sobre los patrones de abuso de las drogas.
- *Entrevistas de motivación*, que aprovechan de la disposición favorable de las personas para cambiar su comportamiento e ingresar a tratamiento.
- *Incentivos para realizar la motivación* (manejo de contingencias), que usan el refuerzo positivo para fomentar la abstinencia de las drogas.

Los programas de tratamientos residenciales también pueden ser muy eficaces, especialmente para las personas que tienen problemas más graves.

Por ejemplo, las comunidades terapéuticas son programas sumamente estructurados en los que los pacientes permanecen en una residencia, generalmente por un periodo de 6 a 12 meses. Las comunidades terapéuticas se diferencian de otros enfoques de tratamiento principalmente porque usan a la comunidad (el personal tratante y las personas en recuperación) como factores clave de cambio para influir en las actitudes, percepciones y comportamientos asociados con el consumo de drogas de los pacientes. Entre los pacientes en las comunidades terapéuticas se pueden encontrar aquellos con historias relativamente largas de drogadicción o que han estado involucrados en actividades criminales serias y aquellos con un funcionamiento social sumamente deteriorado. Ahora también se están diseñando las comunidades terapéuticas para acomodar las necesidades de mujeres embarazadas o con niños. El enfoque de la comunidad terapéutica es la reinserción social del paciente a un estilo de vida libre de drogas y de crímenes.

Los tratamientos dentro del sistema de justicia penal

El tratamiento dentro de una institución del sistema de justicia penal puede lograr evitar que el delincuente regrese a un comportamiento criminal, sobre todo si el tratamiento continúa durante su transición de vuelta a la comunidad. Los estudios demuestran que no es necesario que el tratamiento sea voluntario para que sea eficaz.

Otras fuentes de información

Para información detallada sobre los enfoques de tratamiento para la drogadicción y para ejemplos de programas específicos cuya eficacia ha sido comprobada por la ciencia, lea la publicación del NIDA titulada *Principios de Tratamientos para la Drogadicción: Una Guía Basada en Investigaciones* que se encuentra en línea en <http://www.nida.nih.gov/PODAT/Spanish/PODATIndex.html> (español) o en <http://www.nida.nih.gov/PODAT/PODATIndex.html> (inglés).

Para información sobre el tratamiento de los toxicómanos dentro del sistema de justicia penal, lea la publicación del NIDA en inglés titulada *Principles of Drug Abuse Treatment for Criminal Justice Populations: A Research-Based Guide (Principios de Tratamientos para la Drogadicción en las Poblaciones de Delincuentes: Una Guía con Base Científica)* que se encuentra en la página: www.drugabuse.gov/PODAT_CJ.

¹ Los datos vienen de la Encuesta Nacional sobre el Uso de las Drogas y la Salud (anteriormente conocida como Encuesta Nacional de Hogares sobre el Abuso de Drogas), una encuesta nacional de americanos de 12 años de edad o mayores, realizada por la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés). Para leer la información de la última encuesta puede ir a www.samhsa.gov.



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.