

Un problema Social que va en aumento; Las adicciones.

¿Podrían las poblaciones de adictos darnos una mirada más amplia si se estudian con nuevas perspectivas? Tal vez podríamos hacernos nuevas preguntas que puedan dar respuesta a qué es lo que muchos de ellos tienen en común. Al parecer, hay una correlación entre las adversidades durante la infancia que ponen en un riesgo exponencial a los individuos, a buscar como llenar vacíos o a calmar el dolor entrando al mundo de las adicciones.

Entonces ¿Infancia es destino? No necesariamente significa que todas las personas traumatizadas se volverán adictas, pero sí significa que cada adicto estuvo traumatizado.

Es importante saber que las adicciones se manifiestan en cualquier proceder donde una persona encuentre temporalmente placer o con la que sienta alivio, pero que más tarde genere ansiedad y por tanto tiene consecuencias negativas. A la persona le cuesta renunciar a ella, a pesar de toda la problemática que se genera alrededor. Por un momento la conducta entra en el sistema de recompensas del cerebro y la persona se siente bien y por ello es tan difícil dejar de hacerlo.

Estos hábitos están ligados a las drogas, tabaco, sustancias alcohólicas de todo tipo, al sexo, al juego, a las compras, al trabajo, al poder político, a los juegos en internet, al teléfono celular o a la computadora. Virtualmente cualquier actividad que pueda ser adictiva, dependiendo de la relación a ella. Incluso a las drogas para dormir, estar tranquilo y bajar la ansiedad. Mientras exista dificultades para renunciar a ella, existe una dependencia.

Existen creencias que generan una especie de permisividad pensando que las adicciones alivian el dolor, que relajan el estrés ocasionado por la vida cotidiana, que dan un sentido de conexión, un sentido de control, un significado, que nos hacen sentirnos vivos, que nos estimulan, que nos dan vitalidad. En otras palabras, satisfacen una necesidad humana esencial.

En el fondo no estamos mirando su naturaleza real como una respuesta al sufrimiento humano. Cuantas veces escuchamos que entrar en estas conductas es una elección. Como si estuviéramos decidiendo ser adictos y las leyes deciden castigarlos por ello, para disuadir a otros. La adicción no es una elección que alguien hace, es una respuesta al dolor emocional y nadie elige sufrir.

El tratamiento de las adicciones requiere mucha compasión, mucha ayuda, mucho entendimiento, y no consecuencias severas o medidas punitivas. Hay un rechazo en muchas ocasiones y la exclusión del sistema familiar lo recrudece.

Con el absoluto fracaso de la mayoría de las modalidades de tratamientos, ya deberíamos tener claro que la mirada debe ampliarse al trabajo sistémico y a la revisión del problema como una enfermedad psicosocial. Qué debe incluir un trabajo con la familia para encontrar maneras más asertivas de afrontar este trastorno, en lo que seguimos investigando desde el punto de vista neurológico lo que sucede en el cerebro.