

Patología dual: cuando las **adicciones** se encuentran con la enfermedad mental

- El **alcohol**, responsable del mayor número de trastornos mentales en personas con patología dual



EuropaSur

Patología adicciones encuentran enfermedad mental

https://www.europasur.es/salud/Patologia-adicciones-encuentran-enfermedad-mental_0_1835516742.html

Europa Sur

Lunes, 09 octubre 2023

Poco a poco la **salud mental** está saliendo de las sombras, está dejando de ser tabú y se están normalizando las conversaciones sobre ella tanto en el ámbito privado como en el público. Sin embargo, la mayor parte de sus patologías, su realidad y sus implicaciones para las personas que las padecen siguen siendo unas grandes desconocidas para la ciudadanía.

Una de esas grandes anónimas es la llamada **patología dual** : aquella a la que se refieren los especialistas cuando se diagnostica una **adicción** junto a un trastorno mental de forma simultánea o consecutiva. En el marco del 10 de octubre, Día Mundial de la Salud Mental, hablamos de esta afección con el psicólogo **Bernardo Ruiz Victoria** , fundador del Programa Victoria para la rehabilitación de las **adicciones**.

Ruiz Victoria trata a menudo en su programa de **desintoxicación** con personas afectadas por esta enfermedad. Para él, la relación entre las **adicciones** y las enfermedades mentales es de ida y vuelta. "Existen trastornos psiquiátricos que pueden predisponer a determinadas sustancias y patrones de consumo", explica. Sin embargo, también la exposición prolongada al **abuso de sustancias** genera no sólo alteraciones en los hábitos y patrones de conducta, sino graves afecciones mentales. Entre las más frecuentes que se suele encontrar en su práctica diaria están el aumento exponencial de los índices de ansiedad, depresión, trastornos límite de personalidad, trastornos obsesivos, trastornos del sueño, trastornos de **impulsividad** , ideación suicida, brotes psicóticos, bipolaridad y esquizofrenia. Y está observando, incluso, enfermedades derivadas de afecciones neuronales y del sistema nervioso como el parkinson y diversos niveles de demencia, ambos a edades tempranas.

En este sentido, aporta datos preocupantes: "Entre un 50 y un 70 % de los pacientes con trastorno adictivo padecen simultáneamente una patología psiquiátrica. Y, del mismo modo que la comorbilidad provocada por la **adicción** hace unos años eran fundamentalmente el sida o la hepatitis, sobre todo a causa de los inyectables, hoy en día las **afecciones** derivadas son de índole **psiquiátrica**".

Alcohol, cannabis y cocaína, los mayores detonantes

A la pregunta de si todas las **adicciones** pueden desembocar en una enfermedad mental es tajante. "El riesgo solo es cuestión de cantidad y tiempo. Tan real como que un **consumo abusivo** y prolongado va a generar un **trastorno mental**. Las estadísticas son alarmantes al respecto".

En este punto, distingue entre los diferentes tipos de **adicciones** y los trastornos que estas provocan. Existen las comportamentales; a las **nuevas tecnologías**, redes sociales, juego patológico, compras, sexo, etc., y las **adicciones** a sustancias. Las primeras pueden generar trastornos de personalidad, ansiedad, depresión..., mientras que las **adicciones** a **sustancias** son de una comorbilidad psiquiátrica más directa.

Y, advierte, "en contra de lo que la mayoría piensa, de entre todas las **adicciones**, el **alcohol** y el **cannabis** son los detonantes más potentes de trastornos psiquiátricos. Solo el **alcohol** es el responsable directo de entre el 16 y el 25 % de los trastornos mentales en personas con patología dual. El **cannabis** y la **cocaína** ocupan el segundo y tercer lugar. Esto se debe no solo a que son **drogas** de un uso más extendido, sino también, en el caso del **cannabis**, a la mayor **presencia de THC** o tetrahidrocannabinol (el principal compuesto psicoactivo del **cannabis**) que se está encontrando a causa de la manipulación genética de las plantas. Hoy en día este componente puede alcanzar una presencia de hasta un 300 % más de la habitual hasta ahora, lo cual eleva exponencialmente su **riesgo**".

Eliminar la **adicción** como primer paso

No obstante, para Ruiz Victoria, lo importante no es saber si las **adicciones** son causa o consecuencia de la enfermedad mental o viceversa. "Si hablamos del **alcohol**, las principales patologías mentales asociadas son la **ansiedad** y la **depresión**. Muchos pacientes abusan del **alcohol** y padecen al mismo tiempo episodios depresivos y síntomas de ansiedad, pero es prácticamente imposible saber con certeza si el abuso de **alcohol** es causa o consecuencia de los problemas de salud mental o ambas cosas a la vez", apunta. Por eso mismo, "lo principal es tratar la **adicción per se**, y **eliminar el consumo** por un tiempo lo suficientemente largo como para poder determinar si persisten los síntomas de ansiedad y depresión cuando el paciente está sin beber **alcohol** durante meses. En mi experiencia, la mayor parte de las veces, desaparecen totalmente al dejar el **alcohol**".

Pasa lo mismo si hablamos de la **cocaína**, que además de ansiedad y depresión, puede devenir en pensamientos paranoides. "También en el caso de esta sustancia es imprescindible que el paciente esté en abstinencia durante un tiempo para poder discernir si esos síntomas psiquiátricos son o no consecuencia del **abuso de sustancias**", insiste. "A menos que exista una evidencia clara de la

preexistencia del trastorno mental antes del desarrollo de la conducta adictiva, lo primero que debe ser tratado es eso".

Después de llevar trabajando más de 40 años con personas adictas, Ruiz Victoria tiene claro que sin la abstinencia es mucho más complejo realizar un diagnóstico adecuado del paciente y, sin ella, no se pueden comenzar la mayoría de **tratamientos farmacológicos** debido a su incompatibilidad con las **drogas** legales o ilegales. "El riesgo para el paciente aumenta si mezclamos sustancias tóxicas con medicamentos psiquiátricos".

Más allá de la abstinencia

Los resultados que ha visto a largo plazo gracias al programa que dirige evidencian la importancia de tratar las **adicciones** para las personas con **patología dual**. "Muchos pacientes que nos llegan con ideación suicida, depresiones severas, trastornos de ansiedad, TDAH, trastornos del sueño o trastorno bipolar han experimentado una mejora determinante tras lograr la abstinencia", asegura.

En otros casos, prosigue, "han acudido a nosotros personas que no han podido comenzar un tratamiento de su patología psiquiátrica por no lograrla, y tras mantenerse abstinentes con nuestra metodología han podido comenzar a tomar la medicación que les ha ayudado a superar o paliar los síntomas de sus **afecciones psiquiátricas**".

Pero no todo es la abstinencia. Ruiz Victoria insiste en la importancia de adquirir **hábitos** de vida **saludables**, para anticiparse y prevenir situaciones de riesgo, así como contar con estrategias de superación y para el establecimiento de alianzas personales que garanticen su **autocuidado**; herramientas que incorpora en su metodología de trabajo.

El punto de inflexión para mejorar sus vidas

Facilitar el tratamiento de quienes sufren patología dual es algo de vital importancia para este especialista, porque estamos hablando de personas que padecen dos trastornos simultáneos o secuencialmente unidos, que revisten en su relación una **gravedad clínica** de difícil manejo, con un gran deterioro de salud, su vida social, su desempeño profesional, su estabilidad económica, sus relaciones familiares o el ámbito de intereses saludables, como el deporte o la cultura. "Ambas patologías ofrecen en su relación un manejo muy complejo, del que por lo general se consiguen para el paciente malos resultados si no acude a tiempo a un **equipo médico y psiquiátrico** especializado", insiste.

El abandono de la **adicción**, no obstante, es un punto de inflexión determinante en la mejora. "Simplifica la complejidad del problema y su manejo clínico, así como el impacto en la vida y la salud del paciente. Sin consumir, todo es más fácil. Se elimina el **agravante patológico** de cualquier enfermedad previa o comórbida, pero también su impacto en todos los aspectos de la vida. Por eso es tan importante lograr un establecimiento temprano y duradero de la abstinencia", señala este especialista.

¿Y la prevención?

¿Hay algo que podamos hacer para prevenir la patología dual? Pues sí. Hay **medidas preventivas** que cualquiera de nosotros puede poner en práctica en su vida y tienen que ver con propiciarnos una buena salud mental. "La **adicción** es frecuentemente el síntoma de un problema más profundo. Si aprendemos a **gestionar** nuestras **emociones** , no dependeremos de ningún tóxico con finalidad evasiva o desinhibidora".

Y para cuidar nuestra salud mental, asegura el experto, es determinante crear **espacios seguros** en la familia, donde abunden los lazos afectivos, el respeto, la comunicación profunda y la confianza. Establecer relaciones positivas de afecto y confianza también con la pareja, los amigos, vecinos, compañeros de trabajo, etc. "Debemos mantener hábitos de vida saludable y desarrollar nuestras habilidades sociales, así como cuidar otros ámbitos de interés mediante la lectura, el arte o el estudio", concluye.