

## ¿Qué es la drogadicción?

La *adicción* se define como un trastorno crónico y recurrente caracterizado por la búsqueda y el consumo compulsivos de la droga a pesar de sus consecuencias negativas.<sup>‡</sup> Se la considera un trastorno cerebral porque genera cambios funcionales en los circuitos del cerebro que participan en la recompensa, el estrés y el autocontrol. Esos cambios pueden durar mucho tiempo después de que la persona deja de consumir drogas.<sup>u</sup>

La adicción es muy similar a otras enfermedades, como por ejemplo una enfermedad cardíaca. Ambas perturban el funcionamiento normal y sano de un órgano del cuerpo, tienen graves efectos perjudiciales para la salud y son, en muchos casos, prevenibles y tratables. Sin tratamiento, pueden durar toda la vida y causar la muerte.



*Fuente: Facing Addiction*

*in America: The Surgeon General's Report on Alcohol, Drugs, and Health*

*Modificado con autorización de Volkow et al. 1993.*

*Nota: Estas imágenes obtenidas por resonancia magnética funcional (fMRI) comparan el cerebro de una persona con antecedentes de un trastorno por consumo de cocaína (centro y derecha) con el cerebro de una persona que no tiene antecedentes de consumo de cocaína (izquierda). La persona que ha tenido un trastorno por consumo de cocaína tiene niveles más bajos del receptor de dopamina D2 (ilustrado en rojo) en el núcleo estriado un mes (centro) y cuatro meses (derecha) después de dejar de consumir cocaína en comparación con una persona que no consume la droga. El nivel de receptores de dopamina en el cerebro del consumidor de cocaína es más alto a los*

*cuatro meses (derecha), pero no ha retornado a los niveles que se observan en quien no consume la droga (izquierda).*

*†En este folleto, el término "adicción" es equivalente a un trastorno grave de consumo de drogas tal como se define en la quinta edición del manual "Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders" (DSM-5, 2013).*

## ¿Por qué la gente consume drogas?

En general, la gente consume drogas por varias razones:

- **Para sentirse bien.** Las drogas pueden producir sensaciones intensas de placer. A esta euforia inicial le siguen otros efectos que varían según la droga que se consume. Por ejemplo, con estimulantes como la cocaína, después de la euforia siguen sensaciones de poder, autoconfianza y más energía. En contraste, a la euforia que causan los opioides como la heroína le siguen sensaciones de relajación y satisfacción.
- **Para sentirse mejor.** Algunas personas que sufren de ansiedad social, estrés y depresión comienzan a consumir drogas para intentar sentirse menos ansiosas. El estrés puede ser un factor importante para comenzar y continuar el consumo, y también influye en las recaídas (es decir, la vuelta al consumo de drogas) de los pacientes que se están recuperando de la adicción.
- **Para desempeñarse mejor.** Algunas personas sienten presión para mejorar su concentración en la escuela o el trabajo, o mejorar sus habilidades deportivas. Esto puede ser un factor en quien decide probar las drogas o continúa consumiéndolas, particularmente en el caso de estimulantes recetados o cocaína.
- **Por curiosidad y presión social.** En este sentido, los adolescentes en particular corren un mayor riesgo porque la presión de los compañeros puede ser muy fuerte. Los adolescentes son más propensos que los adultos a actuar en forma arriesgada o desafiante para impresionar a sus amigos y demostrar su independencia de los padres y las normas sociales.

**Si las drogas hacen que la gente se sienta bien o mejor, ¿cuál es el problema?**

Cuando una persona comienza a drogarse, tal vez perciba lo que parecen ser efectos positivos. También puede creer que puede controlar el consumo, pero las drogas se pueden apoderar muy rápido de la vida de una persona. Con el tiempo, si el consumo de la droga continúa, otras actividades placenteras se vuelven menos placenteras y la persona tiene que consumir la droga solo para sentirse "normal". Controlar la necesidad de consumir la droga se hace difícil, aun cuando el consumo cause muchos problemas para el consumidor y para sus seres queridos. Algunas personas pueden comenzar a sentir la necesidad de consumir mayores cantidades de la droga o consumirla con más frecuencia, incluso en las etapas iniciales del consumo. Estas son las señales que indican que hay adicción.

Aun el consumo relativamente moderado de drogas es peligroso. Por ejemplo, un bebedor social puede embriagarse, conducir un vehículo y convertir muy rápidamente una actividad placentera en una tragedia que afecta muchas vidas. El consumo ocasional de drogas, como tomar un opioide para lograr un estado de euforia o "high", puede tener efectos igualmente desastrosos, incluidos la sobredosis y la conducción de vehículos con capacidades peligrosamente disminuidas.

## ¿La gente decide libremente seguir consumiendo drogas?

La decisión inicial de consumir drogas por lo general es voluntaria. Pero con el consumo continuo, la capacidad de una persona para autocontrolarse se puede deteriorar gravemente; esta disminución del autocontrol es el sello distintivo de la adicción.

Estudios de imágenes cerebrales de personas adictas muestran cambios físicos en las zonas del cerebro que son esenciales para el buen juicio, la toma de decisiones, el aprendizaje, la memoria y el control del comportamiento.<sup>12</sup> Estos cambios ayudan a explicar el carácter compulsivo de la adicción.

## ¿Por qué algunas personas se vuelven drogadictas y otras no?

### **No hay un factor único que determine si una persona se volverá drogadicta.**

Como sucede con otros trastornos y enfermedades, la probabilidad de volverse adicto varía según la persona y no hay un factor único que determine si alguien se convertirá en drogadicto. En general, cuantos más *factores de riesgo* tiene una persona, más posibilidades tiene de que el consumo de drogas la lleve al abuso y la adicción. Los *factores de protección*, por su parte, reducen el riesgo de adicción. Los factores de riesgo y de protección pueden ser ambientales o biológicos.

Factores de riesgo	Factores de protección
Comportamiento agresivo en la niñez <sup>13,14</sup>	Buen autocontrol <sup>15</sup>
Falta de supervisión de los padres <sup>14,16</sup>	Apoyo y supervisión de los padres <sup>16-18</sup>
Pocas habilidades sociales <sup>13,17,18</sup>	Relaciones positivas <sup>17,19</sup>
Probar las drogas <sup>14,20,21</sup>	Buenas calificaciones escolares <sup>17,22</sup>
Disponibilidad de drogas en la escuela <sup>21,23</sup>	Políticas antidrogas de la escuela <sup>17</sup>
Pobreza de la comunidad <sup>24,25</sup>	Recursos en el vecindario <sup>26</sup>



## ¿Qué factores biológicos aumentan el riesgo de adicción?

Los factores biológicos que pueden afectar el riesgo de una persona de convertirse en drogadicta incluyen los genes, la etapa de desarrollo en la que se encuentra, e incluso el sexo y la raza. Los científicos estiman que los genes—incluidos los efectos que los factores ambientales tienen en la expresión génica de una persona (llamados *epigenética*)—representan entre un 40 % y un 60 % del riesgo de adicción de una persona.<sup>27</sup> Además, el riesgo de consumo y adicción a las drogas es mayor en los adolescentes y en las personas que sufren de trastornos mentales que en otros grupos.<sup>28</sup>

## ¿Qué factores ambientales aumentan el riesgo de adicción?

Los factores ambientales son los que se relacionan con la familia, la escuela y el vecindario. Entre los factores que pueden aumentar el riesgo de una persona se cuentan:

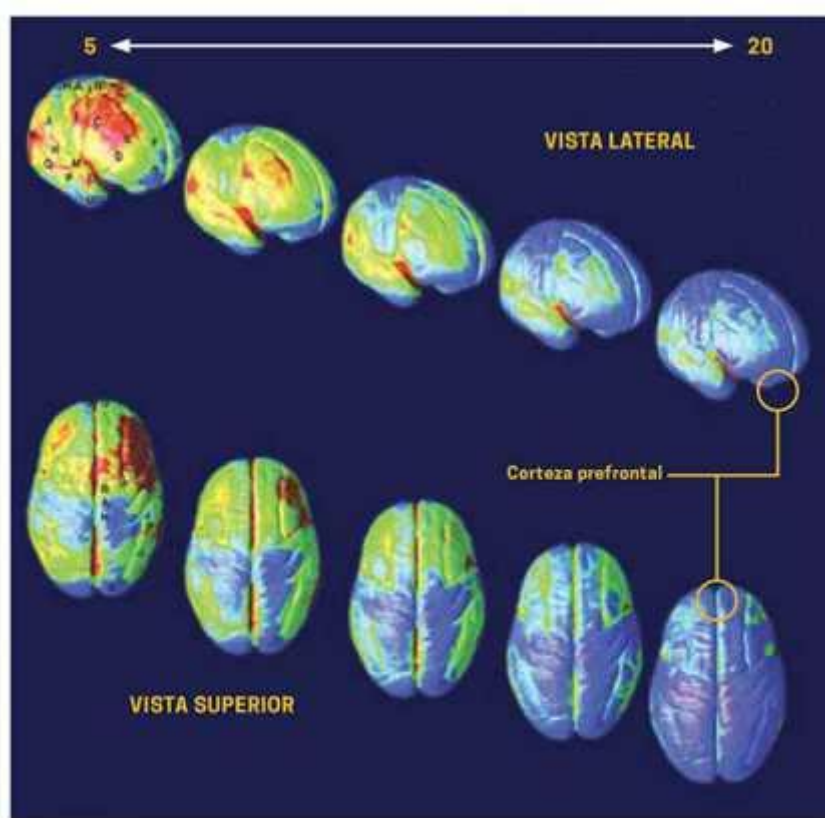
- **El hogar y la familia.** El ambiente del hogar, especialmente durante la niñez, es un factor muy importante. Los padres o familiares mayores que consumen drogas, abusan del alcohol o transgreden las leyes pueden aumentar el riesgo de que un niño tenga problemas con las drogas en el futuro.<sup>29</sup>
- **Los compañeros y la escuela.** Los amigos y otros compañeros pueden tener una influencia cada vez mayor durante la adolescencia. Los adolescentes que consumen drogas pueden convencer hasta a quienes no tienen factores de riesgo de que prueben las drogas por primera vez. Tener dificultades en la escuela o poseer pocas habilidades sociales puede aumentar aún más el riesgo de que un niño consuma drogas o se vuelva adicto.<sup>30</sup>

## ¿Qué otros factores aumentan el riesgo de adicción?

### **Las primeras interacciones de los niños con la familia son cruciales para su desarrollo sano y para el riesgo que tienen de consumir drogas.**

- **El consumo desde muy joven.** Si bien el consumo de drogas a cualquier edad puede causar adicción, las investigaciones indican que cuanto más joven es la persona cuando comienza a drogarse, más posibilidades tiene de sufrir problemas graves.<sup>31</sup> Esto puede deberse al efecto perjudicial que las drogas pueden tener en el cerebro que está todavía en desarrollo.<sup>32</sup> También puede ser el resultado de una combinación de factores tempranos de carácter social y biológico, entre ellos la falta de un hogar o una familia estable, el abuso físico o sexual, los genes o una enfermedad mental. De todas maneras, el hecho es que el consumo a temprana edad es un fuerte indicador de problemas futuros, incluida la adicción.
- **La forma en que se consume la droga.** Fumar una droga o inyectarla en las venas aumenta el potencial de adicción.<sup>33,34</sup> Tanto las drogas que se fuman como las que se inyectan llegan al cerebro en segundos y producen una poderosa

oleada de placer. Sin embargo, esa sensación intensa de placer se puede desvanecer en pocos minutos. Los científicos consideran que este marcado contraste lleva a ciertas personas a repetir el consumo para intentar recapturar el momentáneo estado de placer.



Fuente: PNAS 101:8174-8179, 2004.

*Imágenes del desarrollo del cerebro en niños y adolescentes sanos (entre 5 y 20 años de edad)*

*A medida que el cerebro madura, las experiencias van podando las conexiones neurales excesivas y reforzando las que se utilizan con más frecuencia. Muchos científicos opinan que este proceso contribuye a la reducción constante del volumen de materia gris que se observa en la adolescencia (ilustrada con la transición de amarillo a azul en la imagen). A medida que las fuerzas del medio ambiente ayudan a determinar qué conexiones se debilitarán y qué conexiones crecerán, los circuitos que emergen en el cerebro se vuelven más eficaces. Sin embargo, este proceso puede ser un arma de doble filo porque no todas las tareas son deseables. El ambiente es como un artista que crea una escultura cincelando el mármol y quitando lo que sobra; de la misma manera que los artistas malos pueden crear obras malas, los entornos con factores negativos (como drogas, malnutrición, acoso o falta de sueño) pueden crear circuitos eficientes pero potencialmente dañinos que conspiran contra el bienestar de una persona.*

## El cerebro continúa desarrollándose hasta la edad adulta y experimenta cambios drásticos durante la adolescencia.

Una de las zonas del cerebro que todavía está desarrollándose en la adolescencia es la corteza prefrontal, que es la parte del cerebro que permite evaluar situaciones, tomar buenas decisiones y controlar las emociones y los deseos. El hecho de que esta parte crítica del cerebro de los adolescentes esté todavía en formación los coloca en un mayor riesgo de tomar malas decisiones, como por ejemplo probar las drogas o continuar consumiéndolas. El consumo de drogas durante esta etapa del desarrollo puede causar cambios en el cerebro que tienen consecuencias profundas y duraderas.