

www.asajer.org
aniversario
urteurrena
1989-2014

31

Ludopatía y Salud
Mental (X):
Adicción a la
Cocaína

2016
Noviembre



ASOCIACIÓN ALAVESA
DE JUGADORES EN
REHABILITACIÓN
ERREHABILITAZIOAN DIREN
ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA



Ayuntamiento
de Vitoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko
Udala

ARABAKO FORU ALDUNDIA



Gobierno Vasco
Gaztako Ongizaterako
Foru Erakundea
Instituto Foral
De Bienestar Social

DIPUTACIÓN FORAL DE ÁLAVA

kanpo

índice

- 1 Artículo
“Cocaína, Juego y cerebro”
- 2 Entrevista
“José Francisco López y Segarra”
- 3 Testimonio de afectado/a
“Entrevista Cocaína y Juego”
- 4 Recomendación
“Libro y DVD recomendado”

Edita: ASAJER. Asociación Alavesa de Jugadores en Rehabilitación

Colaboran: IFBS (Diputación Foral de Álava) y Departamento de Políticas Sociales y Salud Pública- Servicio de Salud Pública (Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz).

Fotografía: Asajer

Diseño: ERDU

Maquetación: KOMUNIKA DIGITAL 2.0

Traducciones: Higan Itzulpen Zerbitzuak

Imprime: Gráficas Vicuña

Depósito Legal: VI - 356 / 07



Cocaína, Juego y cerebro

Se estima que unos 2,3 millones de adultos jóvenes de entre 15 y 34 años (1,9%) consumieron cocaína en el último año. Sigue siendo la droga estimulante ilegal más utilizada en Europa. España ocupa el segundo lugar en el ranking ya que el 3,3% de los/as jóvenes han recurrido a la cocaína durante los últimos 12 meses.

La adicción al juego parece activar las mismas zonas del cerebro que se ponen en funcionamiento con el consumo de la cocaína, según un estudio que profundiza en el mecanismo cerebral de “la recompensa”. Este trabajo, dirigido por investigadores del Hospital General de Massachusetts (EEUU) y publicado en la última edición de “Neuron”, indica que la expectativa de una gratificación económica pone en funcionamiento el sistema del cerebro que también provoca la “recompensa” que ofrecen las drogas o comida.

Al igual que en las adicciones tóxicas, los/as jugadores/as patológicos/as presentan una disfunción ejecutiva que afecta a las áreas cerebrales frontales y que implica déficits en atención, toma de decisiones y flexibilidad cognitiva.

La relación entre el juego patológico y el consumo de sustancias es muy estrecha. Dependiendo de la investigación, encontramos que desde 2 de cada 10 personas hasta 7 de cada 10 personas que cumplen criterios de ludopatía cumplen a su vez criterios de dependencia a sustancias. Del mismo modo, entre 1 de cada 10 y 2 de cada 10 personas que presentan este trastorno adictivo a sustancias, sufren a su vez ludopatía.

Desde la experiencia en nuestra asociación, apreciamos que ha aumentado el número de personas que consumen cocaína y que habitualmente consumen también otro tipo de sustancias. Al principio, el consumo de cocaína y las conductas de juego tienen espacios diferenciados. Posteriormente en la medida que aumentan los consumos, suelen relacionarse. Hemos observado que el consumo de cocaína suele ser previo o paralelo al comportamiento de juego, con lo cual favorece la presencia del juego y su descontrol. En algunas personas hemos observado que el juego es un medio para obtener dinero y mantener el consumo. Otro aspecto a destacar es que los/as consumidores/as de cocaína, además de la presencia de conductas de juego, suelen presentar otro tipo de comportamientos excesivos como por ejemplo el sexo. Un aspecto común que hemos observado es que tanto los/as consumidores de cocaína como los/as jugadores/as evidencian una normalidad aparente que hace difícil sospechar la existencia de este tipo de hábitos.

Para ampliar estas cuestiones, en este Boletín se ha entrevistado a D. José Francisco López y Segara, Sociólogo y Criminólogo así como Presidente de la Fundación PATIM (Castellón) y a una persona afectada.

ANA HERREZUELO
PSICÓLOGA ASAJER



Noviembre 2016

ASOCIACIÓN ALAVESA DE
JUGADORES EN REHABILITACIÓN

José Francisco López y Segarra

¿Cuándo y cómo empieza a dedicarse al campo de las adicciones?

En los años ochenta, en Madrid. En aquel momento la generalización del consumo era señal de progresismo pero también había un consumo marginal, que hoy podríamos llamar excluyente, en los hijos de las clases luchadoras durante la Dictadura, que con la reciente democracia se les prefirió tener dormidos antes que activos. Allí es donde contacto, por un lado con la clase progre, la Movida; por otro con un clase media alta disfrazada de demócratas. Y en el fondo, lo más grande, la marginación del Pozo del tío Raimundo, que no tenía nada que ver con la juventud de Puerta de Hierro o Malasaña. Desde ahí regresé a Castellón, contacté con un grupo de jóvenes profesionales y decidimos fundar Patim un 2 de agosto de 1985.

¿Qué es Patim, cuáles son sus objetivos y qué actividades realiza?

Patim es una respuesta profesional al fenómeno de las adicciones y a la exclusión social. Un modelo que no pretende ser único. Como organización no lucrativa está especializada en adicciones, violencia de género y otras conductas, así como en empleo. Nuestro principal marco de actuación es la Comunidad Valenciana, aunque estamos presentes en unas veinte plataformas que van desde el ámbito local al internacional. Además, el voluntariado forma parte muy importante de nuestra estructura como entidad del Tercer Sector.

¿Qué es la cocaína?

Un potente estimulante del sistema nervioso central y una de las drogas más adictivas y peligrosas. Su uso, por desgracia, se ha normalizado en la mayoría de las sociedades occidentales y sus consecuencias se han banalizado entre los consumidores jóvenes, especialmente en los espacios de ocio.

¿Cuál es la prevalencia en España? ¿Hay diferencias en el sexo?

Cuatro de cada diez pacientes que demandan tratamiento por primera vez presentan un abuso en el consumo de cocaína. Y aunque su protagonismo ha ido disminuyendo de forma progresiva en los últimos años, sigue estando muy presente vinculada al ocio. En cuanto al consumo por sexos, tomando como referencia los casos que atendemos en nuestro centro de día y en la comunidad terapéutica Los Granados, la proporción de hombres triplica a la de mujeres, pero es muy probable que la distancia no sea tan grande y exista un gran porcentaje de mujeres consumidoras que no acuden a tratamiento.



Sociólogo y Criminólogo.

Master en Adicciones.

Especialista en Exclusión y Tercer Sector.

Presidente de Patim.

Profesor asociado de la Universitat Jaume I. (Castellón)

Blog:

<http://franciscolopezysagara.es>

<http://www.patim.org>

¿Y la incidencia en la población joven?

Si hablamos de jóvenes, es importante dejar claro que en el último año se ha producido un cambio significativo en las personas que acuden a tratamiento. El cannabis se ha convertido en la droga principal por la que vienen a nosotros. Y, en ese cambio, lleva aparejada una población atendida mucho más joven. Respecto a la cocaína, los datos del informe del Observatorio Europeo de las Drogas deja bien clara la situación, España se mantiene, junto con Reino Unido y Francia, como líder de la UE en consumo de cocaína y cannabis entre los jóvenes.

En su opinión, ¿Cuál es la percepción social del consumo de cocaína?

Después de años de prevención, de campañas de sensibilización dirigidas a los jóvenes y sus familias, hemos construido una sociedad que tiene mucha más información que nunca sobre las drogas y sus efectos a medio y largo plazo. Pero eso no ha provocado una reducción del consumo. Más bien nos encontramos con unos jóvenes que nos dan las mismas respuestas que en los años ochenta: “Tranquilos, que yo controlo”. Les acompaña una falsa sensación de seguridad, que se refuerza muchas veces con desinformación que reciben a través de internet. Y el cambio más significativo es que ya no se tienen que esconder para consumir. Porque en nuestra sociedad, el binomio drogas y ocio está más activo que nunca. Ya no solo en los institutos, cada día se acerca más a los colegios. Algo se ha debido hacer mal en la prevención para que hoy tengamos estos resultados. El estado ha enajenado sus funciones en los últimos ocho años. Rebajando hasta llegar a la incidencia cero en los programas de prevención, junto a una rigidez pseudocientífica de lo que debe de ser prevención nos vemos que se hace muy poco y lo que se hace está caduco. La sociedad ha cambiado, los consumos también, y me atrevería a decir que junto al alcohol, las adicciones no tóxicas son la gran amenaza.

¿Nos puedes dar un perfil del/la consumidor/a de cocaína?

Tomando como referencia las personas atendidas en el centro de día de Patim durante el último año, el perfil que hemos obtenido es el de un hombre, soltero de 30 años, de nacionalidad española, sin trabajo y que ha completado los estudios primarios o equivalentes al graduado escolar. Es consumidor de cocaína esnifada.

¿Cuáles son los efectos del consumo de cocaína? ¿Qué riesgos físicos, sociales, familiares y psicológicos existen?

La cocaína tiene un efecto estimulante pasajero, tras el cual se produce un bajón intenso que causa cansancio, decaimiento y depresión. Y los riesgos en caso de consumo continuado son muchos pero el más importante es que pierdes el control de tu vida.

-adicción, deterioro de las relaciones sociales, paranoias, alucinaciones y suele ser la causa principal de numerosos actos delictivos y violentos, incluidos accidentes de tráfico-



¿Es posible un consumo responsable de cocaína?

Es muy raro encontrar a alguien que lo consiga. Todos los pacientes que hemos atendido durante treinta años en Patim pensaron que podía controlar el consumo y no han podido. Hay quien dice que no pasa nada si se consume solo el fin de semana. Pero consumir todos los fines de semana supone más de cien días al año, sin contar los periodos de vacaciones en los que también se consume, lo que conlleva un riesgo evidente. Y, por otro lado, hay que tener en cuenta que los efectos del fin de semana se prolongan y duran los días siguientes. El consumo responsable dependerá de la persona, el tipo de sustancia, su pureza y del medio donde se consuma.

De las personas consumidoras de cocaína ¿qué porcentaje podría desarrollar una adicción?

El 100% de los adictos han sido consumidores esporádicos. Eso no quiere decir que todos los consumidores esporádicos se conviertan en adictos.

¿Cuándo se podría considerar que una persona es adicta a la cocaína?

Cuando deja de ser quien controla sus decisiones y necesita consumir para sentirse bien o alcanzar sus objetivos. Pero siempre ocurre lo mismo, esa persona es la última en enterarse de que tiene un problema.

¿Qué tipo de trastornos pueden relacionarse con el consumo de cocaína?

En los últimos años se ha detectado un aumento notable del número casos de patología dual entre los consumidores de drogas. En cifras, uno de cada dos pacientes atendidos en la comunidad terapéutica los Granados presentó este trastorno. Si alguien tiene predisposición a sufrir algún tipo de trastorno mental, el consumo de drogas es un catalizador para que se desarrolle. El consumo habitual de cocaína afecta al funcionamiento cerebral y puede provocar trastornos psíquicos como ideas paranoides o depresión así como desencadenar cuadros de psicosis y esquizofrenia. Eso, por no hablar de que para obtener mayor cantidad de cocaína, el traficante le añade cualquier sustancia, yeso, por ejemplo para incrementar sus beneficios.

¿Qué tipo de relación encuentras entre el consumo de cocaína y las conductas de riesgo con juegos de azar y apuestas?

Para cierto tipo de personas, la cocaína puede ser un facilitador para el juego. Pero su consumo asociado al juego está presente en un porcentaje reducido de personas que tienen un problema de abuso. El alcohol está mucho más presente como desinhibidor frente al juego. Resulta especialmente preocupante, que en el último año, hemos registrado un incremento notable de jóvenes con problemas derivados por las apuestas deportivas y el juego online.

En estos momentos, lo que vemos es que hay adicción al alcohol, a juegos de azar y violencia de género. Es algo que nos tenemos que plantear.

¿Cómo se puede abordar terapéuticamente el abuso y/o adicción de la cocaína? ¿y si va acompañado de ludopatía o adicción a las tecnologías?

Cada caso necesita de una intervención individualizada. El primer paso es que la persona reconozca que tiene un problema y por lo tanto que busque ayuda especializada para resolver esta situación. Quizás requiera un seguimiento ambulatorio o un ingreso en una comunidad terapéutica para, con la ayuda de un equipo profesional, descubrir las causas que motivan ese comportamiento. La intervención terapéutica es muy parecida en ambos casos porque comparten un patrón común de comportamiento, y es necesario ver qué hay detrás.

¿Qué papel debe tener la familia y amigos/as en el tratamiento de la adicción a la cocaína y de la ludopatía?

Deben ser uno de los apoyos fundamentales durante el tratamiento. Deben formar un frente común con el terapeuta para establecer límites y alcanzar objetivos. Pero la familia o la pareja también necesitan apoyo especializado porque sufren las consecuencias en primera persona. Hay que enseñarles cómo acompañar en este proceso y también a deshacer algunos nudos que se han forjado con el paso del tiempo.

¿Hay alguna cuestión que te gustaría comentar?

Quería remarcar tres cuestiones. El juego, especialmente el online, puede convertirse en el gran problema en los próximos años. La segunda, es que es necesario incrementar las respuestas que se están dando para hacer frente a la violencia de género que, en sus diferentes formas, también está muy presente en las parejas en las que existe un consumo asociado de drogas. Por ello hay que fomentar la prevención y formar tanto a los equipos profesionales que trabajan en los centros de tratamiento para poder detectar esta situación, como a los pacientes que pasan por nuestros centros. Desde Patim llevamos diez años formando a profesionales y creando instrumentos para educar en nuevas masculinidades. Y, por último, debemos de empezar a preocuparnos de forma seria por la infancia, cada vez observo más niños manejándose con juegos en dispositivos móviles antes de haber aprendido a leer. Observo y nos llegan casos de adolescentes de 14 años que se han recluido en sus habitaciones sólo para jugar, negándose a ir al instituto e incluso mostrando graves patologías. Como respuesta, tenemos una indiferencia de los sistemas de salud, dado que si los menores no superan ciertos parámetros, no pueden intervenir.

Son nuevas realidades a las cuales tenemos que buscar respuesta social, sanitaria y también familiar.



Noviembre 2016

ASOCIACIÓN ALAVESA DE
JUGADORES EN REHABILITACIÓN

de **afectado/a**

¿Cuántos años tenías cuando empiezas a consumir Cocaína?
¿Qué sentiste la primera vez que consumiste?

Tenía unos 18 años y no me gustó mucho la experiencia. Me sentía acelerado.

¿Cuándo y Cómo empiezas a jugar?

Sobre los 17 años. Mis amigos jugaban a las tragaperras de los bares y yo, al principio, solo miraba pero no tardé mucho en unirme a ellos.

¿Por qué consumías? ¿Qué obtenías del juego?

La respuesta es obvia. Al principio me gustaban ciertas sensaciones, luego me creó cierta dependencia.

Al jugar me olvidaba de todo, solo existía eso en ese momento y un gran subidón cuando ganaba.

En tu caso ¿el consumo de cocaína y el juego estaban relacionados? En caso afirmativo ¿cómo?

En ocasiones sí, otras veces no, dependiendo de las circunstancias. Por ejemplo si tenía el día libre para mí solo es muy probable que hiciese alguna apuesta.

¿Cuántos años has estado consumiendo?

Muchos, unos 15 años, con mayor o menor intensidad.

¿Has consumido otro tipo de sustancias (tabaco, alcohol, cannabis, drogas de diseño...)? En caso afirmativo, ¿cuáles?

Termino antes si digo cuáles no consumí. Menos la heroína he consumido casi de todo.

¿Qué consecuencias has tenido por el consumo de cocaína?
¿Y por el juego?

El aislamiento creo que ha sido la más dañina en mi caso, sin hablar del monetario claro.



de afectado/a

¿Cuáles han sido tus motivaciones para dejar de consumir?
¿y para dejar de jugar?

Muchas. Las más importantes son el querer avanzar en la vida, dar lo mejor de mí a mis seres queridos incluido yo por supuesto... Porque para esconder mis adicciones mentía, robaba y lo que hiciese falta. Eso me hacía profundamente infeliz pero llevaba una máscara. Tengo que destacar también el descubrir cierto conocimiento y aspectos espirituales sobre mí que me dieron un gran empujón

¿Cuánto tiempo llevas sin consumir?

Sin ser adicto varios años, ahora bien en este tiempo algún día de juerga me ofrecieron y consumí, poco pero volví a caer, un par de veces, otras me mantuve firme y lo rechazo.

¿Has utilizado algún tipo de ayuda para dejar de consumir?
¿y para dejar de jugar?

Para la cocaína no me hizo falta una ayuda física digamos, fue otra clase de ayuda. Para el juego si la necesité.

¿Cuál es tu situación actual en relación al juego?

Llevo al menos 4 meses sin jugar y si miro del puerto donde partí es asombroso lo bien que me encuentro y prácticamente casi nunca me acuerdo del juego.

¿Cómo valoras el papel que tu familia ha tenido o está teniendo en tu recuperación?

En mi caso, esencial en la primera etapa, sólo me hubiese costado muchísimo más.

¿Qué aconsejarías a las personas que son adictas a la cocaína y al juego? ¿y a su familia y amigos/as?

Que rompan esas cadenas o ese yugo que no dejan florecer esa maravillosa flor que cada uno de nosotros tenemos en nuestro interior. A su familia y amigos darles mucho ánimo y fuerza para no desfallecer, es muy dura la lucha pero la recompensa de ver a un ser querido trascender esas dinámicas tan adictivas no tiene precio. Y otra cosa que es sumamente importante, si el que tiene el problema no quiere cambiar no le des la espalda, aceptarlo. Cada persona tiene sus tiempos, cada persona se cocina en su propio jugo el tiempo que haga falta. A mí me costó años verlo y mucho tiempo cambiar.



Noviembre 2016

ASOCIACIÓN ALAVESA DE
JUGADORES EN REHABILITACIÓN

libro recomendado

TRAS EL GRITO

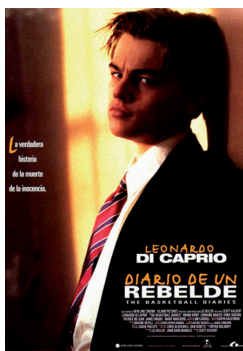
Autora: JOHANN HARI
Editorial: PAIDÓS IBÉRICA Año: 2015

Un relato revolucionario y sorprendente sobre la verdadera historia que se esconde detrás de la guerra contra las drogas.

El periodista Johann Hari se embarcó en un viaje épico de tres años de duración y cerca de 50.000 kilómetros con el fin de desvelar los secretos de la guerra contra las drogas; y de esa manera pudo constatar que existe una disparidad asombrosa entre lo que nos han transmitido y lo que en realidad sucede. Para exponer tan reveladores descubrimientos, Hari recurre a la narración de historias reales de diversas personas que han visto transformadas sus vidas por culpa de esta guerra. Entre ellas encontramos desde un traficante transexual que busca a su madre en Brooklyn hasta un joven sicario mexicano que busca una salida a su encrucijada. El libro comienza con algo sorprendente que descubrió el propio autor: que en el inicio de la guerra contra las drogas se encuentra el acoso y asesinato de Billie Holiday por parte del hombre que lanzó esta cruzada; y concluye con la historia de un osado doctor que consiguió que su país legalizase todas las drogas, desde el cannabis hasta el crack, con resultados más que notables.



dvd recomendado



EL DIARIO DE UN REBELDE (The Basketball Diaries)

Año: 1995 (Estados Unidos)
Director: Scott Kalvert.
Reperto: Leonardo DiCaprio, Bruno Kirby, Lorraine Bracco, Emie Hudson, James Madio, Patrick McGau, Mark Wahlberg, Juliette Lewis, Michael Imperioli

Sinopsis: Jim Carroll es un adolescente que vive en la ciudad de Nueva York y espera ser un gran jugador de baloncesto y entrar a la universidad por medio de una beca deportiva, pero éste después de probar la cocaína, se encuentra de pleno en el mundo de las drogas. A Jim le espera un largo camino por el cual salir de las solas y peligrosas calles de Nueva York.