

ADICCIONES

La mayoría de los expertos creen que cualquier persona puede volverse adicta al alcohol u otras drogas. Algunas sustancias, como la nicotina y la heroína, son tan altamente adictivas que usarlas en exceso o a diario puede conducir a la adicción en cualquier persona. Sin embargo, la mayoría de las personas que prueban sustancias no progresan a un uso intensivo o adicción.

Dicho esto, cualquier consumo de sustancias durante la adolescencia y la edad adulta joven es una preocupación. El cerebro humano continúa desarrollándose hasta bien entrados los veinte años, lo que hace que los años de adolescentes y adultos jóvenes sean un momento crítico para establecer un comportamiento y hábitos saludables. El consumo de sustancias durante estos años crea el potencial de una variedad de efectos negativos a largo plazo. El 90% de las personas con adicciones comenzaron a consumir sustancias en su adolescencia.

¿Qué hace que algunas personas sean más vulnerables a la adicción?

Ciertas condiciones y circunstancias hacen que algunas personas sean más vulnerables a la adicción que otras. Estos factores de riesgo no determinan el destino de uno, sino que son útiles para medir el potencial de desarrollo de un problema.

Prevenir y retrasar el consumo de sustancias durante el mayor tiempo posible, junto con abordar cualquier factor de riesgo subyacente, son importantes para reducir la probabilidad de consumo problemático de sustancias. Fomentar las habilidades de afrontamiento, la salud mental y las relaciones de tu hijo, junto con mantenerlos seguros, también puede servir como factores de protección.

Antecedentes familiares de adicción

Si hay antecedentes de adicción en tu familia, debes discutirlo con tu hijo. Estas conversaciones pueden tener lugar de la misma manera que discutirías los antecedentes familiares de diabetes u otras condiciones médicas, y deben ocurrir a más tardar a principios de la adolescencia.

Problemas de salud mental

Las condiciones de salud mental como la depresión, la ansiedad, el trastorno de conducta o el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) crean un mayor riesgo de consumo problemático de sustancias y adicción. Como padre, es importante estar atento a si tu hijo puede estar usando sustancias para hacer frente a su condición.

Es una buena idea hablar con los proveedores de atención médica sobre la conexión entre la salud mental y el consumo de sustancias. Manejar y tratar las condiciones de salud mental subyacentes, o comprender cómo los problemas emocionales y de comportamiento pueden desencadenar o aumentar el consumo de sustancias, es importante para reducir el riesgo y prevenir los trastornos concomitantes (es decir, cuando los problemas de salud mental y uso de sustancias ocurren al mismo tiempo).

Problemas de comportamiento o control de impulsos

Los niños que con frecuencia toman riesgos y tienen dificultades para controlar los impulsos o seguir las reglas tienen un mayor riesgo de problemas de consumo de sustancias. Si bien la mayoría de los adolescentes entienden los peligros de tomar riesgos, algunos tienen dificultades particulares para resistir los impulsos de participar en conductas de riesgo. El término “personalidad adictiva” se utiliza a menudo para describir las características de las personas con este conjunto de rasgos de comportamiento.

Exposición al trauma

Se ha demostrado que los niños que han tenido antecedentes de trauma (como presenciar o experimentar violencia o abuso) tienen un mayor riesgo de consumo de sustancias y adicción más adelante en la vida. Es importante que los padres y cuidadores reconozcan el posible impacto del trauma en un niño y obtengan la ayuda adecuada.

Factores ambientales

Consumo de sustancias o adicción en la familia o entre compañeros; fácil acceso a la nicotina, el alcohol o las drogas; y una exposición más frecuente a la cultura popular y a la publicidad que fomenta el consumo de sustancias puede contribuir a un mayor riesgo.

Edad de primer uso

Comenzar el consumo de alcohol, nicotina u otras sustancias a una edad temprana es uno de los predictores más fuertes y consistentes de un mayor riesgo de adicción.

Cambios en el riesgo a lo largo del tiempo

A medida que las personas pasan a la edad adulta, los factores de riesgo para el consumo de sustancias y la adicción comienzan a cambiar. En cada nueva etapa de la vida, las circunstancias nuevas y diferentes pueden crear estrés y presión adicional, aumentando la vulnerabilidad al consumo de sustancias y la adicción.

Referencia:

Partnership to End Addiction (2023). Factores de Riesgo para la Adicción. Recuperado de: <https://drugfree.org/recursos-en-espanol/prevencion-y-accion-temprana/factores-de-riesgo/>