

# ¿Como mantenemos la abstinencia?



Dr. Francisco Pascual

¿Cuáles son los **porcentajes actuales** de tratamiento del trastorno por consumo de alcohol?



Menos de un 10% de los pacientes con abuso de alcohol o dependencia están tratados

\*Cada de tratamiento difiere entre el número de personas que requieren tratamiento para una enfermedad mental y número de personas que lo reciben.

Sobri et al. Bull World Health Organ 2004; 82: 856-868.

## Concepto

---

- *Dependencia del alcohol* es una enfermedad primaria, recidivante, con tendencia a cronificarse.
- Enfermedad del sistema cerebral de recompensa, motivación y memoria.
- La disfunción de estos sistemas da lugar a una serie de características:
  - Biológicas
  - Psicológicas
  - Sociales
- Esto se refleja en un refuerzo patológico individual a través de la búsqueda de recompensa o alivio mediante el uso de sustancias (alcohol) y otras conductas.

AGAP website 2003.

---

## Dependencia del alcohol es una enfermedad cerebral<sup>1</sup>

---

### DESARROLLO DE LA DEPENDENCIA<sup>2</sup>

Se estima que los **factores genéticos** pueden explicar un **60%** del riesgo de desarrollar dependencia del alcohol<sup>3</sup>.



1. NIDA National Institute on Drug Abuse 2010. *Drugs, Brains and Behavior: The Science of Addiction*. Page 4, 8, 9  
2. Acquired from: *Resist. Adult genetics 2010*, 20: 317-291  
3. Schuckit D, et al. *Diagnos. et al. Neuropsychopharmacology: The 4th Generation of Progress 2001*. Page 1386  
4. *Genes & Alcohol Use Health 2000*, 11: 185-198  
5. *Clegg et al. Alcohol Res Health 2008*, 31(4): 318-329

---

El consumo de alcohol se relaciona con el riesgo de desarrollar más de 200 enfermedades

## Datos de morbilidad y mortalidad del consumo de alcohol

Morbilidad	Mortalidad
<ul style="list-style-type: none"><li>•El 15-20% de las <b>urgencias psiquiátricas</b>.</li><li>•Un tercio de los ingresos en <b>hospitales psiquiátricos</b>.</li><li>•El 20% de los ingresos <b>hospitalarios no psiquiátricos</b>.</li><li>•El 30% de los ingresos en los <b>servicios de aparato digestivo</b>.</li><li>•El 5-10% de las <b>bajas laborales</b>.</li><li>•Reyertas, violencia doméstica, violencia sexual.</li><li>•El 20-50% de los <b>accidentes laborales</b>.</li><li>•El 45% de los vagabundos son alcohólicos.</li><li>•El 30% de la población reclusa.</li></ul>	<p>El alcohol en España causa entre <b>20.000 y 25.000 muertes anuales</b>, las causas son:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>•El 70% de toda la mortalidad atribuible al trastorno por consumo de alcohol ocurre en la población dependiente del alcohol.</li><li>•El 25-50% de los accidentes mortales de tráfico: origina daños propios y ajenos.</li><li>•Presente en el 50-70% de los homicidios.</li><li>•Muertes accidentales, laborales y domésticas.</li><li>•Del 5 al 27% de los alcohólicos se suicidan.</li><li>•El alcohol está presente en el 25-40% de los suicidios consumados.</li><li>•Incrementa la tasa de mortalidad por otras enfermedades.</li></ul>

## Recaída: Concepto

- Cualquier consumo
- Pérdida de Control
  - Reiniciación en el consumo después de haberlo interrumpido, a partir de un tratamiento realizado

## Recaída

---

- Causalidad
- Casualidad
- Excusabilidad



## Modelo blanco/negro de abstinencia versus recaída

---



# **Modelo del "área gris" de la abstinencia, recidiva y recaída**



## **Situaciones de alto riesgo para la recaída**

**Estados emocionales negativos (35%).**

**Conflicto interpersonal (16%).**

**Presión social (20%).**

Otras situaciones de alto riesgo son los **estados físicos negativos**, el **poner a prueba el control personal** y la **capacidad de respuesta a los estímulos**.

# El deseo...

Craving  
Priming  
Kindling

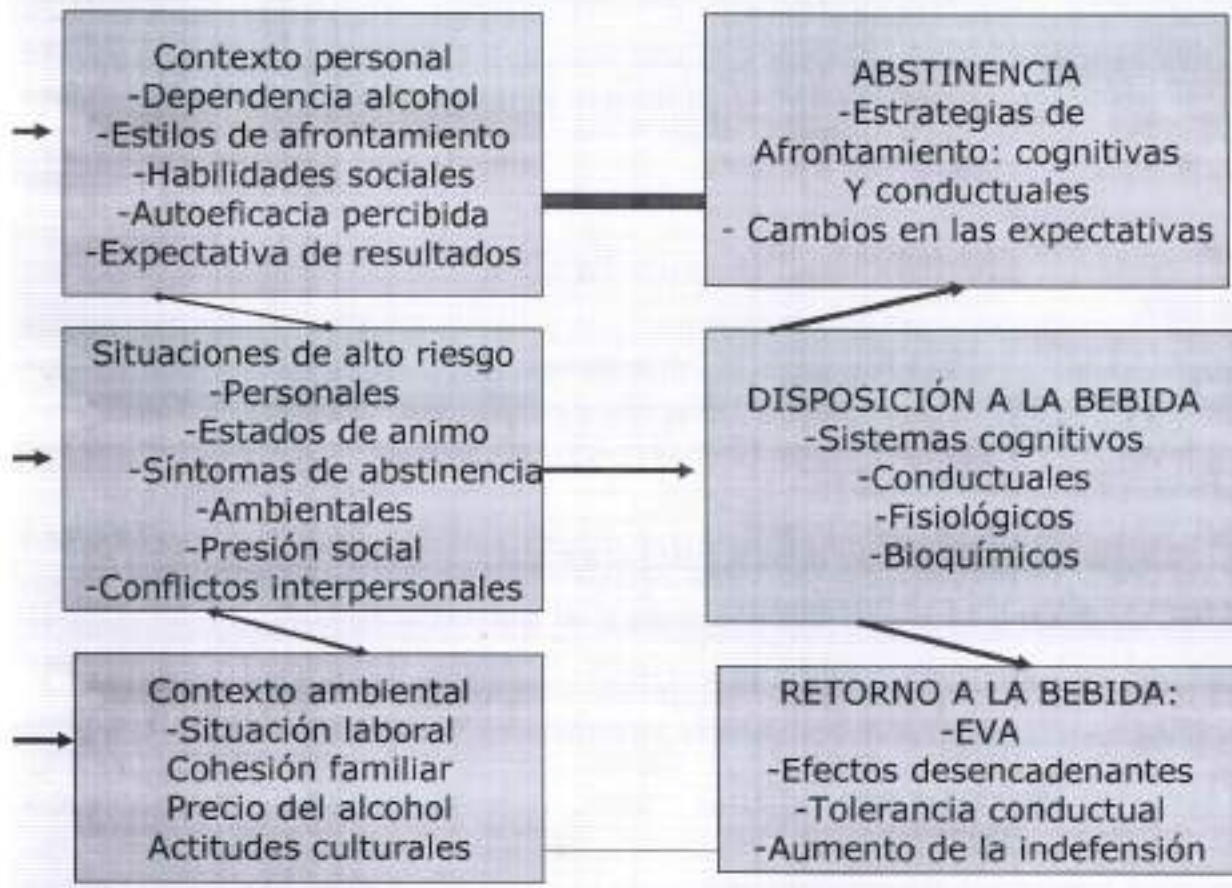


## Programas de Deshabitación

- Tienen como objetivo, que el paciente permanezca abstinentes el tiempo necesario como para que dicho estado se consolide. Por tanto son programas considerados de "prevención de recaídas".

### Mecanismos de recaída Actualmente aceptados.

•Craving	•Refuerzo negativo	•Tolerancia •Sensibilización •Dependencia •↑ Resp. Al stress
	•Refuerzo positivo	•Estim. Sist. Recompensa •Priming •Kindling •Remodelación sináptica
	•Patología Dual descompensada	



### Fases del tratamiento de la dependencia del alcohol



## Fase de deshabitación

### 2. Farmacoterapia

Los fármacos aprobados para el tratamiento de deshabitación se dividen en varios grupos. El grupo "otros fármacos" son fármacos utilizados pero sin indicación:

- a) Fármacos antidipsotrópicos o interdictores o aversivos.
- b) Fármacos GABAérgicos con acción sobre el sistema NMDA-glutamato.
- c) Fármacos con acción a nivel de los receptores opiáceos.
- d) Otros fármacos sin indicación.

Alcoholismo. Guía OMS S0234DGLCOYO, basado en la evidencia 2013.

## Fase de deshabitación

**Nalmefeno tiene un mecanismo *no* específico, pues actúa como:**

- Antagonista del receptor **Mu-opioide**
- Antagonista del receptor **Delta-opioide**
- Agonista parcial del receptor **Kappa-opioide**



Reduce la liberación de dopamina reduciendo los efectos de recompensa y refuerzo del alcohol, ayudando al paciente a reducir el consumo de alcohol.



Nalmefeno Summary of Product Characteristics, 2013. *Sanofi* *European Public Assessment Report, 2013: Drug of*  
*Journal Am Health 2008;31(4):310-328.*



---

¿Porqué se sigue consumiendo?  
¿Porqué dejar de consumir?

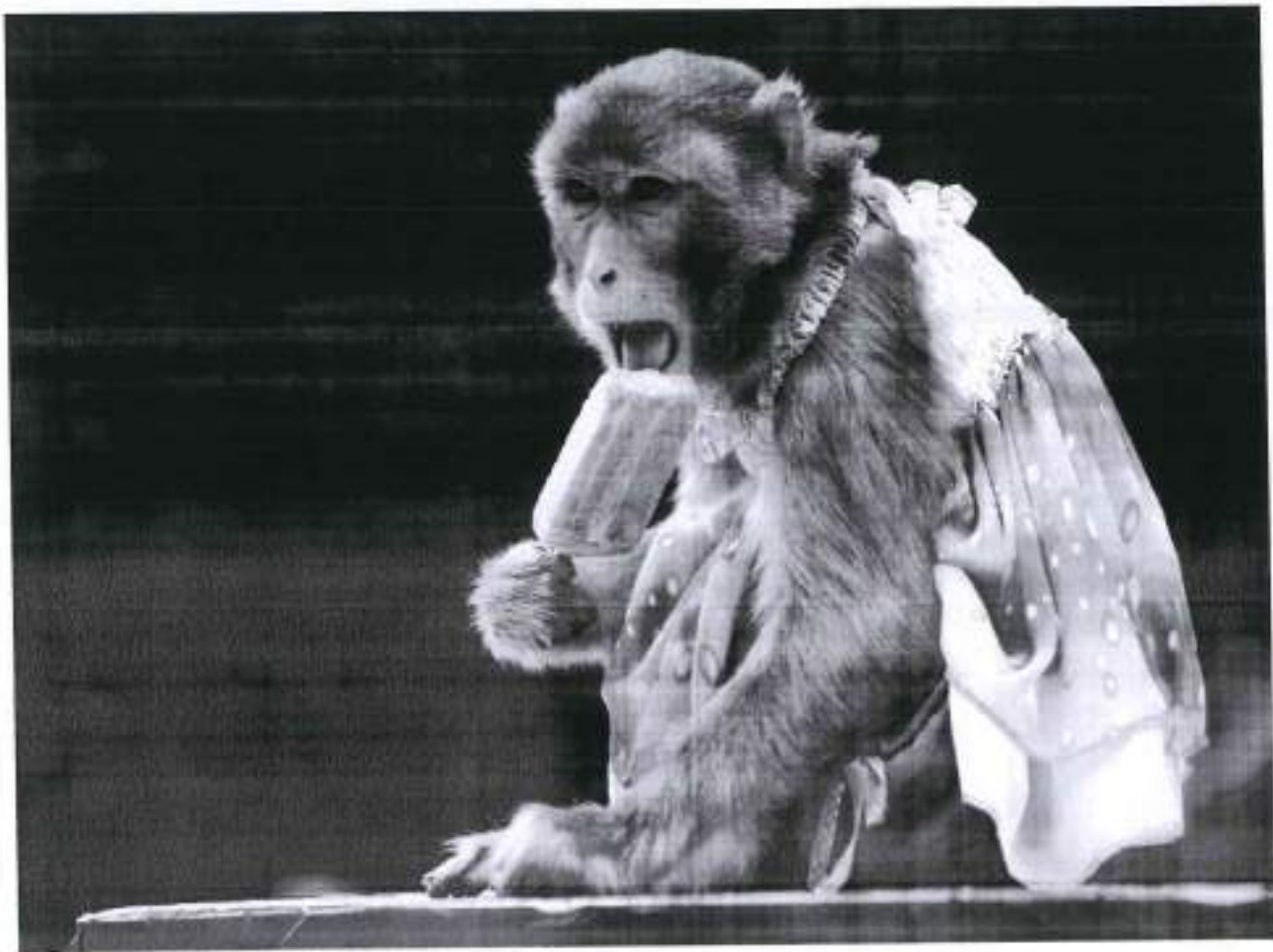
**Enfoque:** Incumplimiento de propósitos.

---



### **RECOPILACIÓN DE OBJETIVOS**

- Conocer y comprender mejor el proceso de Incumplimiento de propósitos.
- Identificar, anticipar y analizar mis situaciones de alto riesgo.
- Analizar la importancia de mis problemas familiares, laborales o los relacionados con otras áreas de mi vida y plantear posibles alternativas a los mismos.
- Darme cuenta de como resuelvo mis diferentes situaciones de alto riesgo.
- Identificar en grupo las diferentes maneras de resolver cada una de estas situaciones.
- Aprender y poner en práctica diferentes estrategias y habilidades de afrontamiento.
- Mantener la abstinencia.
- Mantener los cambios aprendidos.



## Metodología

- Identificación y análisis de las situaciones de riesgo y alto riesgo.
- Evitación de la recaída: entrenamiento en habilidades sociales y enfrentamiento con la situaciones.
- Trabajar situaciones concretas
- Identificar los factores de estrés psicosocial individual

## Situaciones de RIESGO

---

- Conflictos con otras personas
  - Presión de otros para consumir
  - Sentirse frustrado por algo.
  - Estar deprimido – enojado – ansioso.
  - Sentirse incapaz de afrontar una situación difícil.
  - Sentirse mal físicamente.
  - Tener dinero.
  - Estar aburrido.
  - Estar celebrando algo.
  - Estar con ex - compañeros de consumo.
- 

## Análisis

---

- Tiempo de recaída
  - Conceptualización de los factores de riesgo:
    - Valoración espontánea.
    - Rememorización de recaídas.
  - Anotar situaciones.
  - Analizar las repercusiones.
  - Problemas y soluciones.
-

- 
- Definir intereses.
  - Evaluación redes sociales.
  - Entrenamiento habilidades interpersonales.
    - Comunicación sentimientos.
    - Pedir ayuda ¿cómo? ¿ A quien?
    - Ofrecer ayuda
    - Recordar relaciones positivas
- 

## Pensemos

---

- ¿cómo actuar si se ha producido la recaída?
  - ¿cómo actuar en ese momento?
  - ¿A quien recurrir?
  - ¿cómo resolverlo según el grado de intoxicación?
  - ¿cómo resolverlo según el grado de desestructuración?
-

## Actuemos

---

- Prospección de pasado – futuro 3 – 6 meses.
  - Proyecto de futuro no inmediato.
  - Escala de valores, metas y objetivos.
- 

## Pensamientos

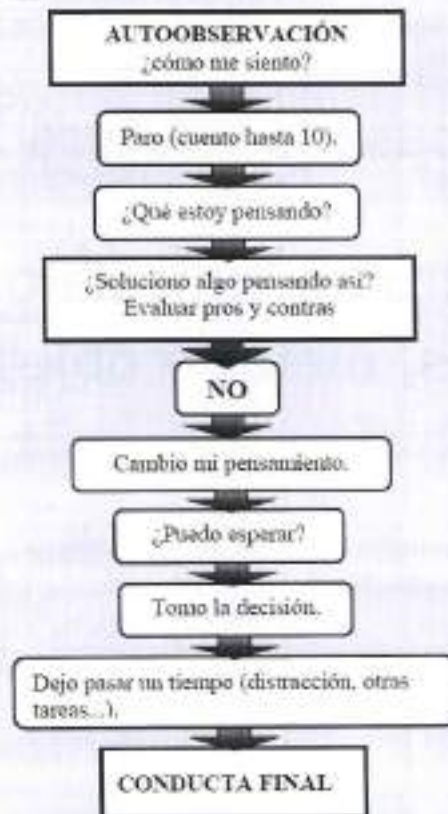
---

- Consecuencias negativas para la familia.
  - Consecuencias positivas
  - Evito situaciones
  - Me felicito cuando lo consigo.
  - Suelo tener alguien a mi lado.
  - MI VIDA ES AHORA MÁS FELIZ.
-



### FIJATE BIEN EN ESTO:

→ Recuerda este esquema. Son los pasos que debes seguir para poder controlar la impulsividad:





### EJERCICIO 1

Perfil del problema	
Quién está implicado	
Qué sucede (qué ha sucedido o dejado de suceder que le molesta)	
Dónde sucede	
Cuándo sucede (momento del día, frecuencia, duración)	
Cómo sucede (secuencia de desarrollo, estados de ánimo implicados)	
Por qué sucede (razones que uno mismo o los demás dan para justificar el problema en el momento que se presenta)	



### EJERCICIO 3

Solución: \_\_\_\_\_

Consecuencias positivas	Consecuencias negativas
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Solución: \_\_\_\_\_

Consecuencias positivas	Consecuencias negativas
_____	_____
_____	_____
_____	_____



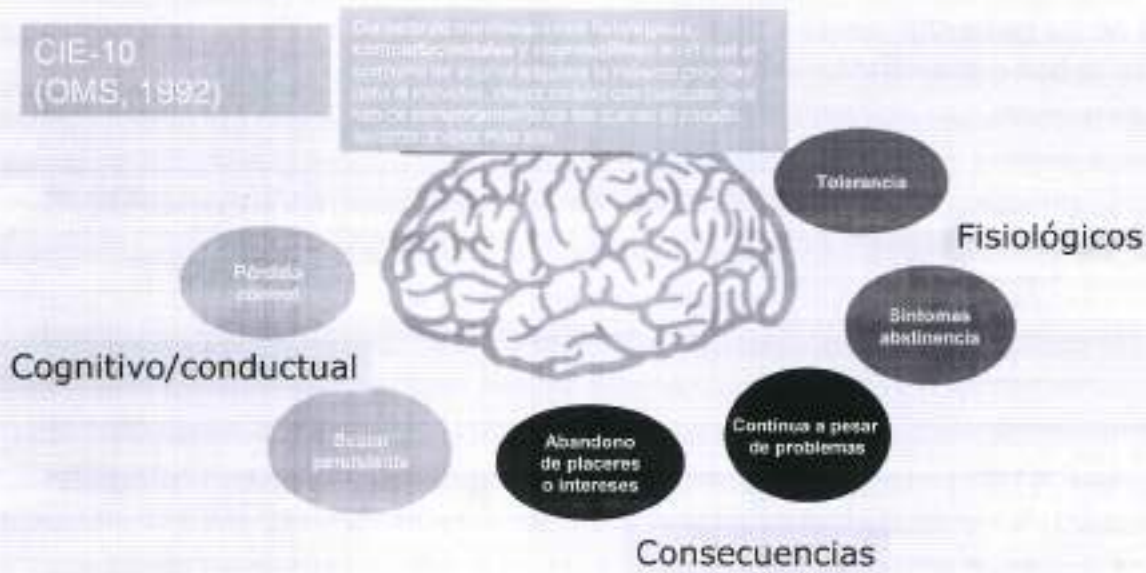
---

## RESOLUCIÓN DEL PROBLEMA

- Establecimiento de un compromiso y motivación para el cambio.
  - Instauración del cambio.
  - Mantenimiento del cambio a largo tiempo.
-



## Diagnóstico: criterios diagnósticos



## Signos y síntomas del consumo nocivo de alcohol

### Valorar:

#### Problemas psiquiátricos

- ✓ Depresión
- ✓ Ansiedad
- ✓ Problemas del sueño

#### Problemas físicos

- ✓ Hipertensión
- ✓ Digestivos
- ✓ Sobrepeso
- ✓ Diabetes

#### Problemas sociales

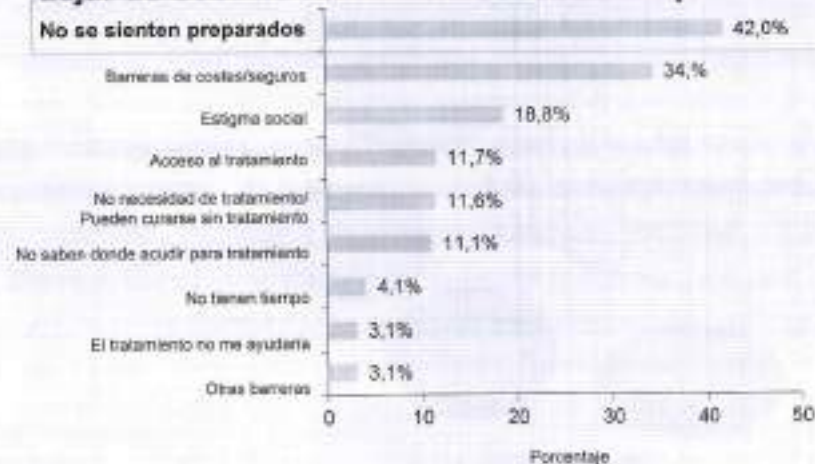
- ✓ Problemas laborales
- ✓ Problemas familiares
- ✓ Lesiones frecuentes (p. ej. Accidentes de tráfico)

#### Indicadores analíticos

- ✓ Enzimas hepáticas elevadas (GGT, AST, ALT)
- ✓ VCM elevado

Razones para no recibir tratamiento en el último año por pacientes >12 años que necesitaban ser tratados y lo reconocían: 2004 a 2007

**El 42% de los pacientes no se siente preparado para dejar de beber o manifiestan escaso compromiso.**



## ACEPTACIÓN DEL PROBLEMA

Y DE UNO MISMO



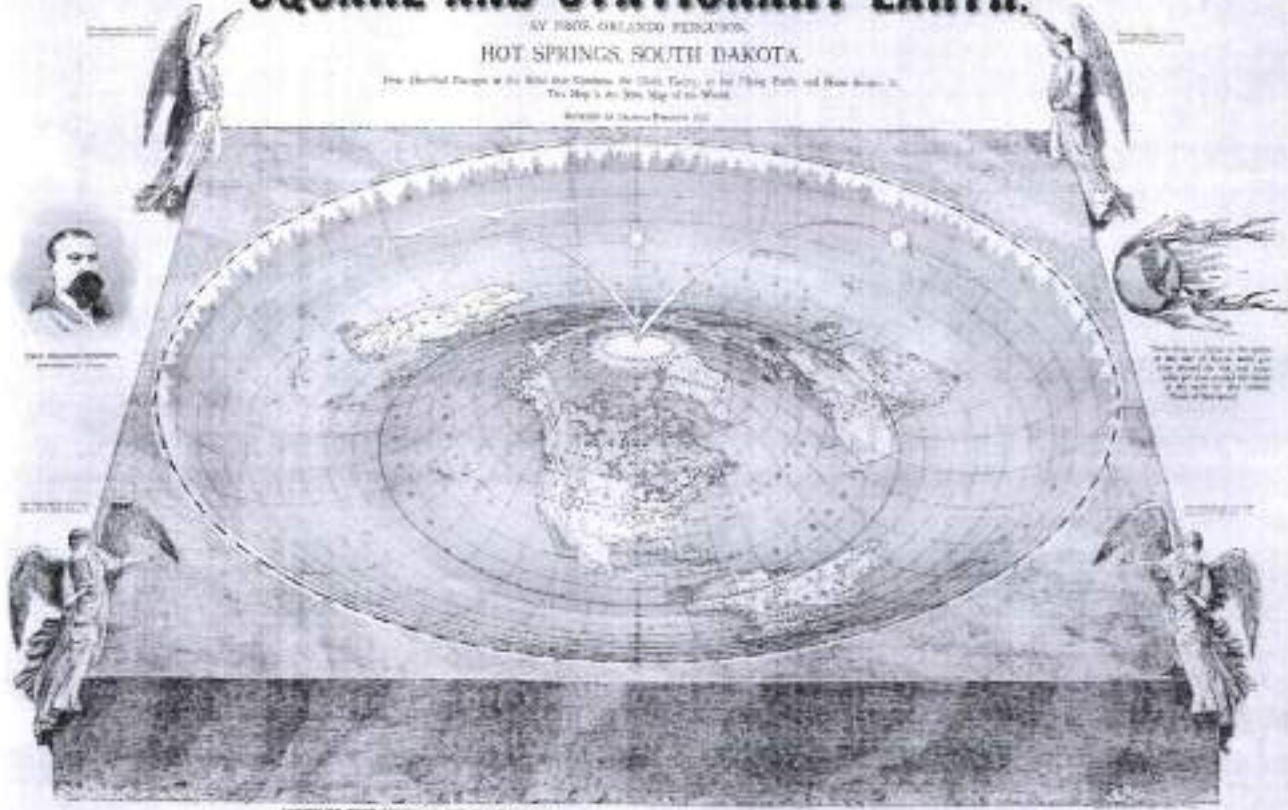
MAP OF THE  
**SQUARE AND STATIONARY EARTH.**

BY 1866, ORLANDO PERSPICO.

HOT SPRINGS, SOUTH DAKOTA.

The Essential Elements of the Bible and Cosmos, the Stars, Trees, and Other Paths, and How to Use It.  
 The Map is the Same Map of the World.

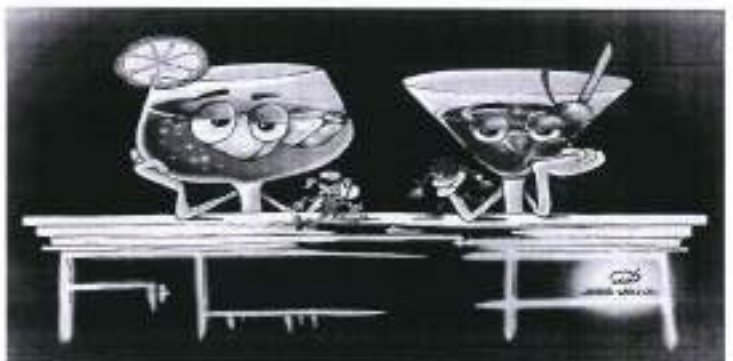
Published in America, 1866.



**SOUTHERN TEST / PROOF OF THE FLAT EARTH**

The Southern Test / Proof of the Flat Earth is a map of the world showing the continents and oceans. The map is surrounded by a rectangular border, which represents the edges of the Earth. The map is held up by four angels at the corners. The map shows the continents of North America, South America, Europe, and Africa, and the oceans of the Atlantic, Indian, and Pacific. The map is surrounded by various celestial bodies and paths. The map is a proof of the flat Earth theory.

Send 25 Cents to the Author, Prof. Orlando Perspico, in a box containing the Square and Stationary Earth, to be sent to the Editor of the Flat Earth Magazine, P.O. Box 100, Hot Springs, S. D.



Gracias por su atención

