



La Voz De San Diego Sobre Salud Mental

Diagnóstico Doble: Abuso De Sustancias y Enfermedad Mental

Para aquellas personas que luchan tanto con una enfermedad mental como con un problema de abuso de sustancias, la situación adquiere proporciones enormes. Con frecuencia, los servicios de salud mental no están preparados para atender a los pacientes que sufren de ambos males. La mayor parte del tiempo, sólo se identifica un problema, pero si se llegaran a reconocer ambos, la persona tiene que ir y venir entre los servicios de salud mental y los de abuso de sustancias, o estas instituciones hasta les pueden negar el tratamiento.

Muchas familias no se dan cuenta que el familiar que sufre una enfermedad mental también tiene un problema de abuso de sustancias. Esto no nos sorprende porque muchos de los cambios en el comportamiento por los que se sospecha que hay un problema con drogas, ya existen en una persona con una enfermedad mental. Por lo tanto, los comportamientos como ser rebelde, peleonero, o "distraído" pueden ser pistas menos confiables en este grupo. Sin embargo, si la familia observa algunos de estos comportamientos, deben ponerse alerta:

- De repente tiene problemas de dinero
- Aparición de nuevos amigos
- Objetos de valor que desaparecen de la casa
- Artículos relacionados con las drogas en la casa
- Período largos en el baño
- Pupilas dilatadas o mirada "en las nubes"
- Marcas de agujas

Mente Abierta



Enfermedades Mentales
Son Desordenes Del Cerebro

Aunque la situación acerca del diagnóstico doble no ha sido muy positiva, estamos viendo señales que se está reconociendo este problema y ya hay varios programas que tratan de resolver esta situación. Los estudios de investigación están comenzando a ayudarnos a entender la dimensión del problema. Actualmente, por lo general se acepta que hasta un 50% de las personas que tienen alguna enfermedad mental también sufren de un problema de abuso de sustancias. La "sustancia" más común es el alcohol, seguido de la marihuana y la cocaína. Los medicamentos que requieren receta médica, como los tranquilizantes y las píldoras para dormir también están incluidos. Las personas con alguna enfermedad mental pueden tomar drogas a escondidas, sin que sus familiares se den cuenta.

El abuso de sustancias complica casi todos los aspectos del cuidado de una persona que sufre de una enfermedad mental. Es muy difícil convencerlos de que obtengan tratamiento y su diagnóstico se dificulta porque toma tiempo descubrir los efectos interactivos del abuso de sustancias y la enfermedad mental. Estas personas tienen dificultades para que se les acepte en casa y podrían no ser tolerados en los hogares comunitarios de los programas de rehabilitación. Ellos pierden su sistema de apoyo y sufren de frecuentes recaídas y hospitalizaciones. La violencia prevalece más entre la población que ha recibido un diagnóstico doble. Los intentos de violencia y suicidio son más comunes, y, de las personas que sufren de una enfermedad mental que se encuentran en prisión, un alto porcentaje es drogadicto.

Dadas las graves consecuencias que tiene el abuso de drogas en las personas con enfermedades mentales, es razonable preguntar: ¿Por qué lo hacen? Algunos de ellos pueden comenzar a ingerir drogas o alcohol para pasar el rato, igual que lo hacen muchas otras personas. Hay varios factores que podrían explicar el uso continuo. Probablemente, muchas personas continúan consumiendo drogas en un intento erróneo de tratar los síntomas de la enfermedad o los efectos secundarios de los medicamentos. Al "automedicarse", ellos sienten que pueden reducir el nivel de ansiedad o de depresión, por lo menos a corto plazo. Algunos profesionales especulan que la persona podría tener una vulnerabilidad subyacente que precipita tanto la enfermedad mental como el abuso de sustancias. Ellos creen que estas personas podrían correr el riesgo de consumir drogas, aunque sea en menor grado.

Cómo resolver el problema

Para resolver el problema, es posible que se tenga que confrontar a la persona, pero lo mejor es no acusarlo inmediatamente y directamente de consumir drogas porque lo más probable es que lo niegue. A menos que uno tenga evidencia irrefutable, la persona se debe considerar inocente. A lo que sí podemos oponernos es a su comportamiento, sea o no sea causado por las drogas ya que están interfiriendo con la vida familiar. Estos son algunos ejemplos de los comportamientos inaceptables: apatía, irritabilidad, falta de higiene personal, agresividad, buscar pleitos, etc. Dado que el problema de consumo de drogas es muy serio y complicado, se debe tratar de resolver de una manera deliberada pero con cuidado. Lo mejor es no confrontar a la persona cuando parezca que está bajo los efectos de éstas o del alcohol, ni cuando la familia se siente muy molesta y afectada por la situación.

Evite hacer amenazas directas como llamar a la policía, amenazar con hospitalizarlo o excluirlo de la vida familiar a menos que en verdad esté dispuesto a hacerlo. Existe el riesgo de que usted diga cosas cuando se siente presionado por la situación que en verdad quisiera no haberlas dicho. Es muy importante que la persona sepa su posición referente al caso y que en verdad va a cumplir lo que dice.

Programas de tratamiento para personas con diagnóstico doble

Como muchos ya se habrán dado cuenta, el sistema de servicios no está muy bien diseñado teniendo en mente a estas personas. Por lo general, una comunidad ofrece servicios de tratamiento para personas que sufren de enfermedades mentales en una entidad y servicios de alcoholismo y fármaco dependencia en otro. Los pacientes van y vienen, por lo que llamamos a esta terapia la "terapia ping pong". Lo que necesitamos son programas "híbridos" que atiendan ambas enfermedades al mismo tiempo, pero para crear estos programas localmente se requiere de muchos esfuerzos por parte de la comunidad.

Limitaciones de los programas de tratamiento para drogadicción tradicionales: Los programas de tratamiento diseñados para personas cuyo problema principal es el abuso de sustancias, generalmente no se recomiendan para las personas que también sufren de enfermedades mentales. Estos programas tienden a confrontar y a presionar y muchas personas con problemas mentales son demasiado frágiles para derivar un beneficio. Las fuertes confrontaciones, los sobresaltos emocionales intensos y la recomendación de que dejen de tomar medicamentos tienden a ser perjudiciales. Estos tratamientos pueden producir niveles de estrés que exacerban los síntomas o causan recaídas.

Características de los programas adecuados: Los mejores programas para esta población deben seguir un enfoque más gradual. El personal debe reconocer que la negación es una parte inherente del problema. Con frecuencia, los pacientes no se dan cuenta de la seriedad y el tamaño del problema. La abstinencia podría ser la meta del programa, pero no debe ser una condición para comenzar el tratamiento. Si las personas que han recibido un diagnóstico doble no "caben" en grupos de Alcohólicos Anónimos (AA) y Narcóticos Anónimos (NA), se deben crear grupos especiales basados en los principios de AA.

Las personas con diagnóstico doble tienen que avanzar en el tratamiento a su propio paso y además se debe seguir un modelo de "enfermedad" para este problema, en lugar de un modelo "moralista". El personal debe transmitir el hecho de que entienden lo difícil que es combatir un problema de adicción y aplaudir sus logros. Se debe poner atención a las redes sociales que pueden ser reforzadores muy importantes. Los pacientes deben tener la oportunidad de socializar, tener actividades recreativas y entablar relaciones con sus semejantes. Las familias deben recibir apoyo y educación al respecto.

NAMI San Diego

NAMI San Diego es una organización sin fines de lucro que proporciona educación, servicios de ayuda, y promueve el mejorar la calidad de la vida de todas las personas afectadas por enfermedades mentales. Es una afiliada de NAMI (*Alianza Nacional Sobre Salud Mental*), y también de NAMI California. Los miembros incluyen personas que tienen enfermedades mentales severas, sus familiares, amigos, profesionales de salud mental y personas de la comunidad. NAMI San Diego ofrece juntas informativas cada mes, boletines mensuales de noticias, programas educativos, y una biblioteca que presta libros y videos. También ofrece juntas de apoyo para personas con enfermedades mentales y sus familiares por todo el condado.

Para más información y apoyo,
hable a la:

**Línea de Ayuda
NAMI San Diego
(800) 523-5933
(619) 543-1434**

**www.namisaniego.org
information@namisd.org**