

El papel de la familia en el consumo de sustancias



fundacionamigo.org

Publicado y editado por Fundación Amigó
Agosto de 2017

Autores del texto:

Isabel M^a Vilimelis Cabedo, Miguel Monfort Montolio, Laura Molinero Navarro, Miguel Angel Pérez Pérez, Isabel Soler Mondejar, Neus Balaguer Cano y Abel Baquero Escribano.

Derechos de autor:

El contenido de esta guía se puede reproducir total o parcialmente citando la fuente. Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons.



Índice.

1) Introducción	5
2) Evolución del concepto de familia	6
3) Familia y uso de sustancias	7
4) Familia y patología dual	8
5) Estrategias de intervención familiar	10
6) Conceptos	11
7) Conclusiones	12
8) Bibliografía	12
9) Contacto	12

1 Introducción

Proyecto Amigó-Proyecto Hombre Castellón es uno de los recursos de la Fundación Amigó especializado en intervención en adicciones. Hace más de 25 años que iniciamos este proyecto, desde entonces hemos ido adaptando los diferentes tratamientos a los perfiles de personas atendidas, familias y sociedad en general.

Siempre hemos tenido en cuenta el **papel de la familia en el proceso adictivo y sobre todo, en su recuperación**. En estos años ha ido cambiando el perfil de las personas atendidas, el modelo de familia, nuevas sustancias, etc. y por ello vamos adaptando nuestra metodología a la problemática individual, familiar y social de cada momento.

De la experiencia y formación adquirida en estos años, nos parece oportuno plasmar de forma gráfica la información recopilada en la intervención familiar. Por ello hemos elaborado esta **breve guía dirigida a familiares de personas con problemas de adicciones**.



2**Evolución del concepto de familia**

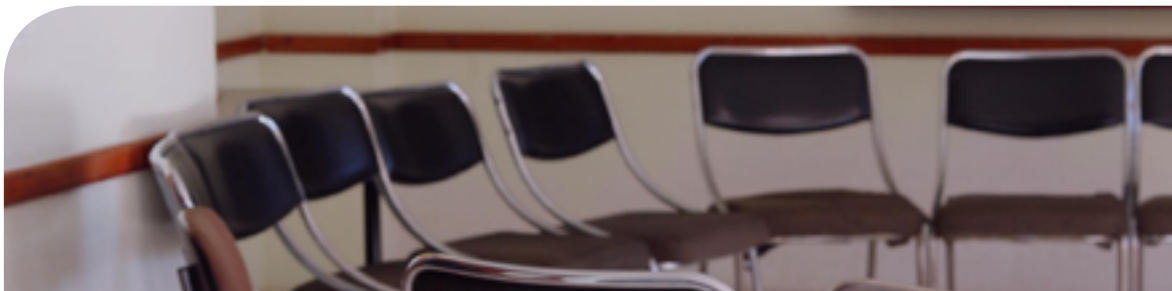
La familia es un núcleo compuesto por personas unidas por parentesco o relaciones de afecto. A lo largo de los años sus funciones se han dividido en las de **socialización, cooperación, apoyo emocional y cuidado**. La diversidad es una de las características que mejor define el concepto de familia en nuestra sociedad.

Por lo tanto, no podemos dar una definición exacta de familia puesto que cada tipo requiere de su propia definición. Si bien existen muchas clasificaciones de tipos de familia:

1. **La familia tradicional o nuclear:** este es el concepto de familia más clásico. Es la familia compuesta por madre, padre e hijos.

2. **La familia moderna:** en los últimos años, aparecen familias compuestas por progenitores separados o viudos que deciden convivir con sus respectivos hijos/as en un mismo hogar.

En los procesos de adicción a sustancias, la persona que consume influye en el sistema familiar y a la vez que la familia puede influir en el mantenimiento de sus comportamientos y conductas. Así, en tanto que **cada miembro de la familia tome conciencia de esta situación**, se pondrá en disposición de colaborar con la solución del problema de la persona afectada.



3 Familia y el uso de sustancias

Actualmente existe un amplio consenso en reconocer la influencia de la familia en las circunstancias en las que se vea “comprometido” el funcionamiento de cualquier persona.

Cuando se realiza una intervención, cada miembro de la familia puede tomar conciencia de sus patrones de comportamiento, con el fin de que logren introducir cambios significativos que le lleven a satisfacer sus necesidades personales y a resolver los posibles conflictos presentes en la dinámica familiar.

En esta línea, los modelos sistémicos son fuente de referencia, pues se entiende, que en las familias existen herramientas de resolución de conflictos que pueden facilitar y acelerar los procesos terapéuticos y educativos.

La familia debe aprender a manejar la **responsabilidad**, rompiendo con formas inadecuadas de relacionarse, a la vez que tiene que empezar a delimitar responsabilidades y tareas entre sus miembros. La familia forma parte del contexto en el que se desenvuelve la persona, no sólo como mero espectador, sino como una herramienta de apoyo y referencia básica. **La persona con problemas de adicción, por lo general, ocupa un lugar central en el sistema**, por lo que gira en torno a él o ella toda la familia. Esto no es saludable para ninguno de sus miembros, ya que afecta a todo el sistema familiar, aunque de forma distinta a cada uno de ellos. Algunos problemas que pueden aparecer durante este proceso son:

- **Codependencia:** la familia desarrolla

patrones de conducta que mantienen la adicción a lo largo del tiempo. Estos familiares pueden esconder la adicción, sobreproteger, etc., prolongando y empeorando el problema.

- **Mantener una excesiva sobreprotección:** se asumen todas las tareas y responsabilidades posibles, con tal de que el/la familiar atendido/a no tenga responsabilidades, o tenga las menos posibles. Actúa así convencido/a de que “las cosas están funcionando”.
- **Funcionamiento recriminador:** se cree que el consumo de sustancias sucede por una falta de disciplina y se producen situaciones de agresividad física y/o verbal. Esta actitud nace de la ira y frustración que se acumulan en la familia, pero no aporta elementos válidos para la solución del problema.



Cuando algún familiar presente un problema por consumo de sustancias, esto se puede agravar cuando unido a éste existe también una enfermedad mental; **nos encontraríamos entonces ante una patología dual.**

Ante este tipo de situaciones, es necesario un tratamiento farmacológico, además de una actuación de tipo psicosocial o terapéutico, siendo aquí donde la familia ejerce un importantísimo papel. Cuando ésta conoce la patología dual, el manejo de la misma es adecuado, reduciéndose la probabilidad de recaídas y desajustes. No debemos olvidar que es la familia quien acompaña, educa y acoge en todo este difícil proceso de tratamiento.

Ante esta realidad cabe realizar varias aclaraciones, ya que surgen en ocasiones dudas o frecuentes debates, algunos de estos son:

¿El consumo de la sustancia produce la enfermedad mental?

¿La enfermedad mental produce el consumo de sustancias?

¿El uso de las sustancias se realiza para reducir el malestar de la enfermedad mental?

¿La enfermedad mental y la adicción comparten factores comunes?

Como comentamos, estas son dudas que en ocasiones pueden surgir dentro del proceso terapéutico; es imposible clarificarlas, ya que cada una de ellas depende de cada persona y su realidad. Si bien se puede afirmar que **cuando existe una patología dual, la abstinencia,**

recuperación del problema mental, toma de medicación, etc. va ser un proceso mucho más complejo y difícil.

4.1 Trastornos que acompañan al uso de sustancias

La relación de las enfermedades mentales y el consumo de sustancias es amplia, si bien consideramos oportuno centrarnos en los trastornos que ocurren con mayor frecuencia y que son objeto de atención en las diferentes consultas, centros de día o comunidades terapéuticas.

-Trastorno bipolar: enfermedad mental que provoca cambios poco habituales en los estados de ánimo de una persona y que hace que experimente emociones muy intensas con cambios en su comportamiento.

Pueden tener episodios de manía en los que se sienten eufóricos, alegres o nerviosos, tienen mucha energía, están inquietos y más habladores de lo habitual, también pueden ocurrir episodios de depresión en los que se siente tristeza o desesperanza, pérdida o aumento de apetito, inutilidad o culpa, insomnio, etc.

-Trastorno de personalidad: es un patrón permanente de emociones, comportamientos y pensamientos, alejados de lo que se considera habitual en las normas de su cultura. Provocan inestabilidad, lo que puede hacer que se vean alteradas diferentes áreas de la vida (trabajo, relación de pareja...).

-Depresión: persisten sentimientos de tristeza y

decaimiento que interfieren en la vida cotidiana de la persona que los presenta. Los síntomas suelen ser vacío, desesperanza, culpa, impotencia, irritabilidad, fatiga o falta de energía, pérdida de placer o de interés en casi todas las actividades, e incluso pensamientos de muerte.

Dentro de la patología dual, crisis o momentos de desajuste, hay signos que informan de la necesidad de acudir a un equipo de profesionales para valorar esos aspectos y su posible tratamiento.

Algunos de ellos son:

- Cambios en el patrón de sueño.
- Incremento en la desconfianza.
- Obsesión con temas: pareja, religión, etc.
- Abandono del cuidado.
- Lenguaje diferente al habitual, etc.

4.2 Trastornos que acompañan al uso de sustancias

Las actitudes ante cualquier familiar con patología dual determinarán en gran medida la

evolución del problema. Por eso es necesario tener presentes las siguientes indicaciones:

- Tener contacto directo y continuado con el equipo de profesionales y acudir a las visitas, así como informar de cualquier aspecto relevante, especialmente consumos.
- Asegurarse del adecuado cumplimiento de la pauta de medicación.
- Respetar tiempos de habla.
- No elevar la voz ni amenazar.
- Tratar con normalidad temas relacionados con la enfermedad mental.
- Evitar situaciones de estrés.
- Pedir ayuda a profesionales ante imprevistos considerados graves.
- Mantener hábitos de sueño, socialización y alimentación adecuados.
- En caso de crisis acudir a urgencias de salud mental.



Las principales herramientas familiares para intervenir en estos problemas se basan en tener una adecuada información sobre las sustancias y sus posibles efectos, unido al manejo de ciertas habilidades para relacionarse con la persona de un modo preventivo. Estas habilidades son:

1. Comunicación efectiva

A través de las palabras y pensamientos, nos comunicamos y reflexionamos, expresamos, y opinamos sobre lo que realmente nos interesa. Por tanto, **según la calidad de comunicación que mantengamos, así será la calidad de la relación que obtengamos**. Se deben poner en práctica principios como enseñar, aceptar, dirigir, pero sobre todo, lograr un clima en el que podamos encontrar lo que realmente buscamos.

Nunca hay que dejarse llevar por el pánico, hay que afrontar la situación actuando con serenidad y no dramatizar. Y lo más importante es **acudir al equipo de profesionales** que ofrezcan orientación y asesoramiento para poder afrontar la situación con mayor seguridad.

2. Normas y límites

El establecimiento y cumplimiento de normas y límites en el contexto familiar, supone uno de los **factores de protección más significativos** para reducir la probabilidad de conductas de riesgo.

En este ámbito, los familiares deben establecer, aplicar y cumplir normas y límites; éstos deben ser razonables. El proceso de inculcar esas normas abarca desde permisividad hasta un control absoluto sobre sus actos. Entre un extremo y otro existe un modelo que deja espacio para la libertad, lo que promueve la capacidad de toma de decisiones y actuar de forma adecuada ante diferentes retos que se nos interponen día a día.

3. Intervención temprana

Cuanto antes se aborden los problemas por uso de sustancias, **más probable será obtener mejores resultados para mejorar** o retomar las distintas destrezas que se han ido abandonando o perdiendo. Ese deterioro viene reflejado en el comportamiento que tiene nuestro/a familiar, pues ha adquirido una dependencia absoluta de la sustancia y por ello realiza conductas como aumento de la necesidad del dinero, búsqueda de traficantes, discusiones familiares, mostrarse cada vez más reservado, cambios bruscos de humor, insomnio, descuido del aspecto personal, manipulación para su beneficio, etc. Cuando existen sospechas de que esto está sucediendo, se deberán tratar estos temas mediante una correcta comunicación.

Abuso: uso excesivo de una sustancia que conlleva un grave riesgo para la salud.

Adicción: uso continuado de sustancias, donde existe la necesidad irrefrenable de consumirlas y obtenerlas.

Autoestima: conjunto de pensamientos, sentimientos y valoración que tiene una persona de sí misma.

Comorbilidad: existencia de dos o más enfermedades que interactúan entre sí en la misma persona.

Craving: pensamientos obsesivos, incontrolables y sensaciones de angustia en el periodo de abstinencia.

Desintoxicación: proceso principalmente acompañado por fármacos, para abandonar la problemática física producida por el consumo de la sustancia.

Deshabitación: proceso principalmente acompañado por terapia, para abandonar la problemática producida por el consumo de la sustancia.

Empatía: capacidad de poder experimentar la realidad subjetiva de otras personas poniéndose en su lugar.

Estrés: tensión física o emocional ante un desafío o demanda.

Factor de riesgo: conjunto de causas y elementos que pueden aumentar las posibilidades de consumo.

Factor de protección: conjunto de causas y elementos que pueden disminuir las posibilidades de consumo.

Flashbacks: recuerdos de escenas, repentinos y

reales causados por problemas de salud mental o consumo de drogas.

Intoxicación: estado producido por el consumo de sustancias que produce alteraciones de la conciencia y la cognición.

Metadona: fármaco que se usa en el tratamiento y desintoxicación del consumo de heroína.

Patología dual: existencia al mismo tiempo de una adicción y un trastorno mental.

Prevención: conjunto de actos y medidas para reducir los factores de riesgo.

Recaída: retomar el consumo tras un período de abstinencia y rehabilitación.

Recursos familiares: conjunto de estrategias de que dispone la familia para abordar, integrar y acompañar en el tratamiento y prevenir futuros consumos.

Reducción de daños: medidas que se utilizan para reducir los riesgos derivados del consumo.

Resiliencia: capacidad para superar las adversidades y controlar el estrés.

Síndrome de abstinencia: estado emocional y físico que aparece cuando no se realiza el consumo.

Sobredosis: uso de la sustancia en cantidad suficiente para que se produzcan graves efectos en quien la consume.

Terapia familiar: psicoterapia en la que interviene la familia.

Tolerancia: necesidad de incrementar la dosis consumida para alcanzar el efecto que producía anteriormente.

7

Conclusiones

Tras más de 25 años de experiencia y a modo de síntesis, parece oportuno plasmar unas breves conclusiones que concreten aspectos básicos a tener en cuenta dentro de la problemática del consumo de sustancias y el papel que la familia tiene en este proceso:

- **El concepto de familia ha evolucionado.**
- **Las respuestas que eran útiles, ya no lo son.**
- **Resulta imprescindible:**
 - **conocer la dinámica familiar.**
 - **pedir ayuda en caso de necesitarla.**
 - **detectar posibles alianzas familiares.**
 - **establecer normas y límites.**
 - **apoyarse en el equipo de profesionales.**
 - **crear un clima adecuado de comunicación.**

8

Bibliografía

Alazraki Yossifoff, C. (2012). La dinámica familiar en familias con un miembro alcohólico.

Beneit, J.V.; García, C. & Mayor, L.I. (1997). Intervención en drogodependencias. Madrid, España: Síntesis.

Botella, H. C. (2007). Redes de apoyo para la integración social: la familia. *Health and addictions*, 7(1), 45-56.

Haro G, Bobes J, Casas M, Didia J, Rubio G. Tratado sobre patología dual: reintegrando la salud mental. Barcelona: MRA editores, 2010. pp. 1-766.

Hasin, D. S., O'Brien, C. P., Auriacombe, M., Borges, G., Bucholz, K., Budney, A., ... Grant, B. F. (2013). DSM-5 criteria for substance use disorders: Recommendations and rationale. *American Journal of Psychiatry*. <http://doi.org/10.1176/appi.ajp.2013.12060782>

9

Contacto

Si necesitas contactar con nuestros/as profesionales, puedes ponerte en contacto con Proyecto Amigó en el teléfono **964 205 255** o a través del correo electrónico **fundacion@proyectoamigo.org**. También puedes visitarnos en **avenida Enrique Gimeno, 44 (Castellón)**.

Colabora con Fundación Amigó

Destinamos el 100% de tu aportación a nuestra intervención.



Hazte socio/a



Deja un legado solidario



Apadrina un proyecto



Involucra a tu empresa



Haz un donativo



Hazte voluntario



Organiza un evento solidario



Suscríbete a nuestra newsletter

Difunde nuestra labor en redes sociales

 [Fundación Amigó](#)

|  [@fundacion_amigo](#)

|  [@fundacion_amigo](#)





Fundación Amigó - Sede Central

Madrid - España

C/ Zacarías Homs 18 - C.P. 28043

Tel.: +34 91 300 23 85

Fax: +34 91 388 24 65

fa@fundacionamigo.org

www.fundacionamigo.org

 Fundación Amigó

 @fundacion_amigo

 @fundacion_amigo