



Trastornos concurrentes

Muchas personas que sufren de adicción a las drogas y el alcohol también luchan con trastornos concurrentes.

Los investigadores de los Institutos Nacionales de la Salud (NIH) han señalado que aproximadamente el 50 % de las personas con un trastorno por consumo de sustancias padecen dolor crónico, y alrededor de un tercio padecen un trastorno psiquiátrico como ansiedad o depresión grave.

Las personas que consumen drogas y sufren un trastorno psicológico pueden mostrar algunos rasgos de comportamiento problemáticos que dificultan en gran medida su tratamiento.

Otros ejemplos de trastornos concurrentes son el trastorno por déficit de atención (TDAH), la bipolaridad, los trastornos de la personalidad y la esquizofrenia. Estas enfermedades mentales concurrentes se conocen como comorbilidades.

Debido a que un número extremadamente alto de personas experimentan algún tipo de trauma en su vida, la prevalencia de trastornos concurrentes se multiplica.

Los datos del Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA) revelan un alto índice de trastornos comórbidos por consumo de sustancias y por ansiedad, como el trastorno de ansiedad generalizada, el trastorno de pánico y el trastorno de estrés postraumático. Aproximadamente una de cada cuatro personas con una enfermedad mental grave padece

también un trastorno por abuso de sustancias. Esto se debe en parte a los intentos de automedicarse para aliviar el dolor emocional y mental.

Otras investigaciones han demostrado que el consumo concurrente de sustancias por parte de personas que sufren trastornos psicológicos graves oscila entre el 30 % y el 60 %. Las víctimas de violencia o abusos sexuales que acuden en busca de ayuda para tratar el alcoholismo o la drogadicción representan alrededor del 50 %, y el 75 % de las mujeres que reciben tratamiento en centros de adicciones y que sufren trastorno de estrés postraumático como consecuencia de abusos sexuales en la infancia.

Las investigaciones del NIDA también han demostrado que las personas con trastornos mentales, de personalidad y de drogadicción corren un mayor riesgo de consumir analgésicos con receta sin fines médicos. El cuarenta y tres por ciento de las personas en tratamiento por abuso de analgésicos con receta presentan un diagnóstico de trastornos de salud mental.

Enfermedad mental y abuso de sustancias

Las tasas de suicidio a nivel nacional continúan aumentando, el estrés y la depresión de los empleados están en aumento, y la adicción al alcohol y las drogas, especialmente a los analgésicos opioides, está causando serios problemas en el lugar de trabajo.

La Asociación Americana de Psiquiatría estima que casi uno de cada cinco adultos sufre algún tipo de enfermedad mental cada año, y según el informe sobre *Salud mental en el trabajo de*

Mind Share Partners, el 61 % de los trabajadores afirma que su productividad se ve afectada por su salud mental. Desafortunadamente, la mayoría de las personas que necesitan atención médica mental no reciben la ayuda que necesitan.

Gran parte del problema que impide que los trabajadores reciban el tratamiento que tanto necesitan es el costo excesivo que esto implica. Tratar la depresión solamente cuesta más de \$ 110 mil millones al año, y la mitad de ese costo lo pagan los empleadores. Las compañías también gastan entre dos mil y tres mil millones de dólares anuales para combatir la adicción a los opiáceos.

Barreras para obtener ayuda

Otro gran problema en el lugar de trabajo es que las personas se muestran reacias a pedir ayuda en caso de enfermedad mental o abuso de sustancias.

Según un estudio realizado por uno de los principales proveedores de seguros médicos de EE. UU., la mayoría de los empleados (68 %) afirma que le preocupa que los trastornos mentales o el abuso de sustancias puedan repercutir negativamente en su seguridad laboral. No obstante, los empleados deben ser conscientes de que si son sinceros y manifiestan abiertamente que necesitan ayuda, el supervisor o directivo dejará de centrarse en las sospechas y adoptará un enfoque proactivo para brindarles asistencia. La clave, sin embargo, para ayudar a los empleados a recuperarse, es encontrar los programas de tratamiento adecuados.

Desafíos del tratamiento

Uno de los grandes desafíos que plantea el tratamiento de los trastornos concurrentes con las adicciones es que, a medida que una persona se sumerge en la espiral

descendente del abuso de sustancias, su cerebro se vuelve más sensible al estrés, al dolor físico y emocional y a las señales relacionadas con las drogas, a la vez que se vuelve menos sensible a los placeres sanos y naturales de la vida, lo que le lleva a consumir dosis cada vez mayores de drogas para preservar una sensación de bienestar decreciente.

El tratamiento basado en técnicas mentales y corporales que ayudan a aumentar la sensación de placer, alegría y sentido natural y saludable de la vida puede contribuir a curar a las personas con comorbilidades. El tratamiento que incluye un enfoque espiritual también es efectivo.

Desafortunadamente, es habitual que los profesionales de la salud mental rechacen a clientes con adicciones activas, y muchos centros de adicciones se niegan a tratar a quienes requieren medicación psicotrópica para sus padecimientos.

En consecuencia, es fundamental que los terapeutas sean conscientes de la complejidad del diagnóstico dual y reciban la formación necesaria para tratar este tipo de trastornos.

A la hora de iniciar un tratamiento para un empleado o un ser querido que sufra drogadicción y trastornos concurrentes, es fundamental encontrar un centro de recuperación que ofrezca un espacio seguro, acogedor y positivo con profesionales bien formados que ofrezcan planes de tratamiento adaptados específicamente a las necesidades del cliente.

La Alianza Nacional de Enfermedades Mentales (NAMI) ofrece orientación para encontrar un profesional de salud mental en su sitio web: <https://www.nami.org/Your-Journey/Individuals-with-Mental-Illness/Finding-a-Mental-Health-Professional>