3ra sesión sincrónica: Atención al consumo de sustancias psicoactivas 18/04

Se finalizó la socialización del componente formativo denominado Consumo, abuso y adicciones y su marco normativo. Durante este espacio, se abordó la relación existente entre el consumo de sustancias psicoactivas (SPA) y la salud mental, destacando que dichas sustancias pueden afectarla directamente y que, a su vez, los trastornos mentales pueden incrementar el riesgo de consumo. Asimismo, se resaltó que la adicción es una enfermedad que puede presentarse en cualquier etapa de la vida y que no se limita únicamente al uso de sustancias, sino también a conductas compulsivas.

Las sustancias psicoactivas, como el alcohol, la marihuana o la cocaína, actúan directamente sobre el cerebro, alterando su funcionamiento. Estas modifican la conducta, el pensamiento y la motivación; además, cuando su consumo es prolongado, pueden generar cambios duraderos que aumentan el riesgo de desarrollar dependencia.

Se explicó que el cerebro cuenta con un sistema de recompensa que se activa de manera natural ante actividades como la alimentación o la interacción social. Sin embargo, las drogas estimulan este sistema de forma artificial, produciendo sensaciones intensas de placer. Esto puede generar un deseo persistente de consumo, pérdida de control y conductas automáticas, dando lugar a un ciclo de adicción caracterizado por consumo, placer, necesidad y recaída.

Igualmente, se hizo énfasis en la diferencia entre consumo, abuso y dependencia. El consumo puede ser ocasional y no necesariamente implica consecuencias graves; el abuso se presenta cuando este se vuelve frecuente y genera afectaciones físicas, psicológicas y sociales; y la dependencia se caracteriza por la dificultad para suspender el consumo, acompañada de síntomas de abstinencia y una fuerte necesidad, tanto física como psicológica.

De igual forma, se abordó cómo las SPA afectan diversas áreas del cerebro relacionadas con la toma de decisiones, el control de impulsos, las emociones y la formación de hábitos. Esto puede provocar pérdida de autocontrol, incremento del deseo de consumo y la aparición de síntomas como ansiedad, irritabilidad y depresión. Además, se explicó que el sistema de recompensa se ve alterado, lo que puede llevar a la disminución del interés por actividades cotidianas y a la necesidad de consumir mayores cantidades para experimentar placer.

También se analizaron los factores de riesgo asociados al consumo de SPA, entre los cuales se encuentran factores individuales (como la baja autoestima o el estrés), familiares (como

la violencia o el consumo en el entorno) y sociales (como la presión de grupo o el fácil acceso a las sustancias). Asimismo, se mencionó la clasificación de estas sustancias según sus efectos en el sistema nervioso: estimulantes, depresoras y alucinógenas.

Finalmente, se destacó que en Colombia el consumo de sustancias psicoactivas es considerado un asunto de salud pública, razón por la cual existen políticas y normativas orientadas a garantizar la atención integral, incluyendo acciones de prevención, tratamiento y rehabilitación.

En conclusión, la adicción es una enfermedad compleja que afecta el cerebro, el comportamiento y la vida social, cuyo abordaje requiere estrategias de prevención, acompañamiento familiar y acceso oportuno a servicios de salud que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de las personas afectadas.