

Programa de Adicciones sin Sustancias

Las adicciones sin sustancias son conocidas como adicciones no químicas, comportamentales, sociales o de la conducta. Se trata de aquellas adicciones en las que no hay una sustancia psicoactiva (alcohol, tabaco, cocaína, etc...) como base del fenómeno adictivo, sino una conducta que se convierte en patológica en función de la intensidad, frecuencia o cantidad de dinero invertida en ella, y del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales y/o laborales de las personas implicadas.

Este tipo de adicciones presentan características clínicas similares a aquellas con sustancia psicoactiva, como la pérdida de control, la excitación excesiva antes de realizar dicha conducta y el alivio en el momento de realizarla.

El objetivo del tratamiento debe centrarse en el reaprendizaje del control de la conducta y el cambio en el estilo de vida. A excepción del juego patológico, en el que la abstinencia absoluta es el objetivo terapéutico final, en otras adicciones sin sustancia (como la adicción a las compras, al sexo, al trabajo o a las nuevas tecnologías) no es posible plantear este objetivo. El objetivo terapéutico debe centrarse, por tanto, en el reaprendizaje del control de la conducta para volver a un uso racional de la conducta problema.

Tipos de adicciones sin sustancia

Juego patológico, Adicción al sexo, Adicción a las compras, Adicción a la comida, Adicción al trabajo, Adicción al ejercicio físico, Adicción a las nuevas tecnologías, Adicción a los videojuegos, Adicción a internet, Adicción al ciberjuego, Adicción a redes sociales, Adicción al Smartphone.



Objetivos

- Cambiar el estilo de vida.
- Reaprendizaje del control de la conducta para volver a un uso racional de la conducta problema.
- Reestablecer la capacidad del individuo para afrontar la situación estresante.
- Asistir en la reorganización de su mundo social desestructurado.
- Ofrecer un entorno seguro de contención.



Procedimiento

- Entrevista: Evaluación diagnóstica.
- Etapas de tratamiento:
 - Deshabitución.
 - Reintegración.
- Modalidad de tratamiento tras evaluación (según las necesidades del individuo)
 - Terapia individual.
 - Terapia Grupal.
 - Intervención en Crisis, más intensivo.
 - Terapia Familiar.
 - Tratamiento farmacológico.
 - Prevención de Recaídas basado en Mindfulness.

1. Objetivos

El equipo de Centro Tadi está compuesto por psiquiatras y psicólogos que tienen el principal objetivo de ayudar a las personas que presentan una adicción sin sustancias y necesitan un programa específico e intensivo.

Hablamos de adicción cuando se ha convertido en el foco principal de la vida de una persona excluyendo otras actividades, o que ha comenzado a dañar al propio individuo y a otros física, mental o socialmente.

Por ello, el equipo de Centro TADI, ofrece este programa a todos aquellos particulares o empresas que puedan beneficiarse del mismo.

2. Procedimiento

Concertamos una entrevista de evaluación que permite hacer un diagnóstico del paciente y la valoración de la situación de forma personalizada. Nuestro equipo recomendará el tratamiento con el enfoque más apropiado para cada caso y diseñará un abordaje terapéutico que se ajuste a cada paciente.

2.1 Entrevista: Evaluación diagnóstica

Durante la primera entrevista se realizará una evaluación de la adicción sin sustancias: inicio, tiempo, patrón, finalidad, tiempo empleado, actitud ante un posible cambio y necesidad de tratamiento. Asimismo, se evaluarán las consecuencias derivadas de la adicción (sintomatología psiquiátrica, patología orgánica, problemas relacionales, problemas legales).

Por otra parte se valorarán las relaciones entre la adicción y la patología mental, tanto la asociación temporal entre ambos trastornos, como la confluencia en la gravedad de ambos. Se tendrán en cuenta los factores asociados a este consumo (soporte ambiental y social, consumo en el entorno cercano y rasgos de personalidad predisponentes).

Contaremos por otra parte con instrumentos adicionales de evaluación de la adicción como: escalas de evaluación Psicométricas específicas y pruebas neuropsicológicas.



2.2 Etapas de tratamiento

2.2.1 Deshabituación

Se trata de la fase en la que el objetivo es que la persona desarrolle un nuevo proyecto de vida. Mediante el tratamiento psicoterapéutico, se trabajará para poder realizar actividades de ocio saludables y tener relaciones sociales.

2.2.2 Reintegración

En esta fase el paciente pone en práctica todas las herramientas que se han trabajado en el proceso psicoterapéutico. Las habilidades sociales adquiridas, las mejoras en los hábitos de vida serán la base sobre la que construir un nuevo futuro. Los profesionales ayudarán al paciente a tener un compromiso con esta nueva vida y con el proyecto de vida saludable que desee llevar a cabo.

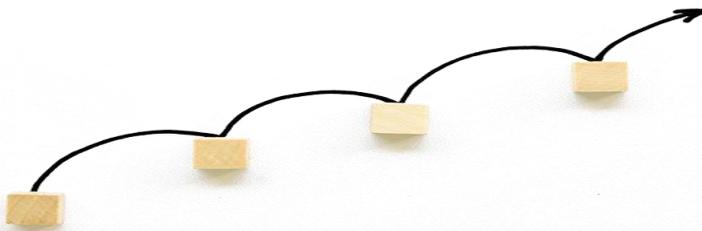
2.3 Modalidad de tratamiento tras evaluación

2.3.1 Terapia Individual

A través de un abordaje individualizado se busca ofrecer al paciente un ambiente confortable en el que pueda conocerse mejor y entender lo que necesita, descubriendo sus posibilidades y enfrentándose a los problemas cotidianos con recursos distintos a los que ha venido utilizando hasta el momento. Asimismo se plantea trabajar la relación que mantiene el paciente con la adicción a través de un análisis funcional de conducta.

2.3.2 Terapia Grupal

Con el objetivo de ofrecer un espacio de intervención en el que el paciente se enriquece, no solo del acompañamiento de un profesional sino del de personas que están en un proceso de cambio, el grupo permite, no sólo abordar el motivo de consulta. En este sentido, a través del grupo el paciente puede tomar cierta distancia emocional con las situaciones del resto de miembros del grupo e identificar las herramientas válidas para los demás como posibles herramientas para uno mismo. Además, el grupo sirve para reflejar las dinámicas que tiene cada uno para relacionarse con los demás desde su situación vital.



2.3.3 Intervención en Crisis, más intensivo

Entendiendo crisis como un proceso en el que los recursos de una persona no son los necesarios para hacer frente a una situación determinada y esto genera un malestar emocional de mucha intensidad, suele ser necesario poner en marcha una serie de recursos que sostengan de manera más intensiva que el resto de recursos al paciente. Ofreciendo un acompañamiento más continuado en el tiempo y en el que se aborden varios aspectos de la problemática actual del paciente.

2.3.4. Terapia Familiar

Concebimos a la familia como un sistema en el que el comportamiento y estado de uno de los componentes de la familia influye en cada individuo. Es necesario, en muchos casos, ofrecer acompañamiento psicológico al resto de componentes de la unidad familiar con el fin de ofrecer estrategias que faciliten las relaciones familiares cuando uno de los miembros se encuentra en un proceso de cambio.

2.3.5 Tratamiento farmacológico teniendo en cuenta las necesidades específicas del paciente.

2.3.6 Prevención de Recaídas basado en Mindfulness

El mindfulness es una técnica muy antigua que busca la atención plena, centrándose en lo que está sucediendo en el “aquí y ahora”. La evidencia científica muestra cómo una práctica continuada en mindfulness nos ayuda al desarrollo de distintas herramientas importantes para mejorar nuestra calidad de vida, como pueden ser, la resiliencia y la tolerancia a la frustración.



CONTACTO

Gardoqui, 9 3º izda, 48008 Bilbao
Teléfono: 94 421 48 00 – 608 51 82 71
Email: centrotadi@centrotadi.com