

Jornada sobre **psicología** **y adicciones**

4

octubre
2023

las intervenciones
psicológicas son eficaces
en adicciones

Programa y Conclusiones

Consejo General de la Psicología
C/ Conde de Peñalver 45 · 3ª planta · Madrid
Email : secop@cop.es
Web: <https://cop.es/adicciones>
Telf.: 91 444 90 20

Jornada sobre psicología y adicciones

las intervenciones
psicológicas son eficaces
en adicciones

4
octubre
2023

Presentación

En esta Jornada se quiere revisar los aspectos que explican las razones por las que diferentes intervenciones psicológicas se han convertido en el tratamiento de elección, así como las variables implicadas en los mecanismos psicológicos que están a la base de la superación de la adicción.

A lo largo de los años hemos sido testigos del incremento que han experimentado algunas adicciones en nuestro entorno, especialmente las adicciones comportamentales. En su gran mayoría, los centros de tratamiento de las drogodependencias y adicciones se han ido adaptando a las nuevas tendencias de consumo y perfiles de pacientes con la finalidad de prestar en todo caso el mejor tratamiento posible.

Las investigaciones que han tenido como objetivo determinar la eficacia de los tratamientos de los trastornos adictivos, resaltan el papel de las intervenciones psicológicas como elemento esencial de las mismas. Somos conscientes, de que las intervenciones mejoran significativamente cuando se realizan de acuerdo con los aspectos que la psicología ha identificado como esenciales para superar una adicción.

El trabajo necesariamente coordinado con el resto de disciplinas implicadas en el tratamiento, permite un enriquecimiento capaz de adaptarse a las necesidades individuales de cada paciente. Sabemos que el desarrollo de tratamientos adecuados y eficaces requieren de un adecuado nivel de especialización por parte de los profesionales que trabajan en adicciones.

Por suerte, hace mucho tiempo que el ámbito de las drogodependencias y adicciones dejó atrás modelos incapaces de tomar conciencia de la realidad psicopatológica de la adicción, de modo que se sabe que la adicción puede superarse en la gran mayoría de los casos con un tratamiento biopsicosocial adecuado que se lleva a cabo durante el tiempo necesario. Desde la psicología somos conscientes del rol que ocupa el psicólogo en estos tratamientos.

Disponemos de estudios que muestran la existencia de tratamientos psicológicos eficaces, capaces no solo de mejorar el pronóstico en el transcurso y resultado del tratamiento sino también de disminuir sensiblemente el riesgo de recaídas después del alta. Disponemos también de programas que cuentan con componentes esenciales que se dirigen hacia los mecanismos que están a la base de la drogadicción y sabemos que estos componentes difieren en cierta medida de los que deben contemplarse en el caso de las adicciones comportamentales. Es muy importante delimitar las claves que pueden explicar el éxito de ambos tratamientos a partir de los mecanismos psicológicos que permiten modificar las variables implicadas en cada tipo de adicción. En este sentido sabemos que las intervenciones psicológicas son esenciales para modificarlas variables cognitivo-conductuales responsables de los cambios implicados en la superación y estabilidad de los logros terapéuticos a largo plazo.

Jornada sobre psicología y adicciones

las intervenciones
psicológicas son eficaces
en adicciones

4
octubre
2023

PROGRAMA

11.00h · Presentación Jornadas

D. Francisco Santolaya Ochando
Presidente
Consejo General de la Psicología de España

Sr. D. Jesús Morán Iglesias
Jefe de Área de Prevención de la Delegación del Gobierno
Plan Nacional sobre Drogas (PND)

D. Josep Vilajoana i Celaya
Coordinador División Psicología de la Salud
Consejo General de la Psicología

11.30h · Ponencia

Componentes esenciales de los tratamientos efectivos en las adicciones comportamentales

D. José César Perales
Catedrático de Psicología. Departamento de Psicología Experimental.
Universidad de Granada. Mind, Brain and Behavior Research Center

Moderador: D^a. Rosa Sierra Serrano
Grupo de Trabajo de Adicciones
Consejo General de la Psicología

12.15h · Ponencia

Mecanismos de cambio terapéutico en intervenciones psicológicas. ¿Qué nos aporta la neuropsicología?

D. Antonio Verdejo García
Catedrático. Turner Institute for Brain and Mental Health, Monash University

Moderador: D. Dionisio García Osuna
Grupo de Trabajo de Adicciones
Consejo General de la Psicología

13.00h · Ponencia

Tratamientos psicológicos eficaces en adicciones. El riesgo de la farmacologización de las intervenciones

D. Elisardo Becoña Iglesias
Catedrático de Psicología. Departamento de Psicología Clínica y Psicobiología. Universidad de Santiago de Compostela

Moderador: D^a. Marian García Arigüel
Grupo de Trabajo de Adicciones
Consejo General de la Psicología

13.45h · Clausura

D. José Miguel Martínez González
Grupo de Trabajo de Adicciones
Consejo General de la Psicología

D. José Tenorio Iglesias
Secretario General
Consejo General de la Psicología

Conclusiones de las Jornadas

Conclusiones

- 1.** El tratamiento de las adicciones debe ocuparse de las variables psicológicas, biológicas y socio-familiares en las que se desenvuelve la persona.
- 2.** Las intervenciones psicológicas ocupan un rol central en el tratamiento de las adicciones, siendo de primera elección en casi todas las adicciones. El tratamiento psicológico es muy eficaz en el tratamiento de las adicciones.
- 3.** Los psicólogos y psicólogas ocupan un papel central en los recursos destinados al tratamiento de las adicciones.
- 4.** Las intervenciones psicológicas en adicciones deben emplear estrategias y procedimientos contrastados que son los que sostienen su eficacia. La creatividad del/la terapeuta solo debería desarrollarse a partir de componentes esenciales del tratamiento psicológico. Las intervenciones psicológicas deben llevarse a cabo en el contexto de un modelo conceptual sustentado en investigaciones solventes.
- 5.** La adherencia es un excelente predictor del éxito del tratamiento, sabiendo que su componente esencial es la alianza terapéutica entre psicólogo/a y paciente.
- 6.** La presión asistencial en los recursos puede empujar a los profesionales a buscar intervenciones de las que se espera una rápida respuesta terapéutica, como sucede con el uso de la medicación. Si bien está indicada la utilización de algunos fármacos, no debemos esperar resultados satisfactorios solo con la toma de medicación o cuando ésta se convierte en el eje vertebrador de la actuación terapéutica.
- 7.** La prescripción o uso inadecuado de psicofármacos no solo propicia adicciones iatrogénicas, sino que también torpedea el desarrollo de procesos psicológicos necesarios para que la persona pueda superar el trastorno adictivo.
- 8.** La recuperación de una psicopatología como la adicción requiere tiempo por lo que cualquier medida que pretenda obtener resultados inmediatos, como por ejemplo el solo uso de fármacos o la actuación de personas del entorno del paciente sin que éste se implique suficientemente, suele fracasar.
- 9.** Variables implicadas en la adicción y su recuperación como por ejemplo: autoeficacia, toma de decisiones, creencias relacionadas con el consumo, constancia, autoevaluación, motivación, autocontrol, autorregulación, gestión emocional, afrontamiento de recaídas, afrontamiento del deseo de consumo, identidad de grupo; y un buen número de psicopatologías comórbidas, sólo pueden abordarse con intervenciones psicológicas.
- 10.** El componente esencial de la terapia de las adicciones comportamentales es la intervención psicológica. La evidencia científica indica que los mecanismos cognitivos y de aprendizaje difieren del resto de adicciones, siendo necesario abordajes terapéuticos diferentes.
- 11.** Todo indica que existen múltiples intervenciones psicológicas con base en la evidencia y vínculos con los sustratos neurobiológicos que son eficaces para tratar las adicciones. Disponemos de estudios clínicos que muestran la eficacia de intervenciones neuropsicológicas de entrenamiento y remediación cognitiva como una aproximación complementaria a las intervenciones psicológicas disponibles.
- 12.** El tratamiento de los pacientes con patología dual exige un abordaje holístico e integrador que intervenga simultáneamente sobre la psicopatología de la adicción y otras comórbidas. El tratamiento psicológico ocupa un papel central en el abordaje de esta comorbilidad.