

CAMPAÑA DE SALUD

ADICCIONES.

*1 era.Parte.

Tú me cuidas, yo te cuido y en el CAM nos cuidamos.



Adicción:

Se llama adicción a una enfermedad crónica y recurrente del cerebro que se caracteriza por una búsqueda patológica de la recompensa o alivio a través del uso de una sustancia u otras acciones.

- El mundo de las adicciones es muy amplio y variado. Prácticamente, se puede ser adicto a casi cualquier cosa, siempre y cuando ésta se lleve a cabo de forma que la persona llega al punto de que **pierde el control sobre la conducta adictiva en cuestión.**
- Habitualmente, las adicciones se clasifican en dos grupos, en función de si la conducta problema tiene que ver con el consumo de una sustancia, tanto legal como ilegal, o si, por el contrario, el problema tiene que ver con el realizar la propia conducta.



ADICCIONES POR SUSTANCIAS.



Esta se produce cuando un individuo depende de una sustancia o compuesto químico que le brinda un estado de alivio o satisfacción. Este componente llega al cerebro a través de la sangre y produce cambios en su forma de funcionar. Entre las adicciones a sustancias químicas podemos encontrar productos legales e ilegales.

Entre los productos legales, las adicciones a la nicotina o a la cafeína son las más aceptadas por la sociedad, aunque la primera sea perjudicial para la salud. La sociedad también está muy acostumbrada al alcohol, pero aunque se consume más que el tabaco, su adicción no está bien vista. Dentro del grupo de sustancias legales no debemos olvidarnos de la dependencia a los medicamentos. Por otro lado, también existen adicciones a drogas ilegales como la marihuana, la cocaína o la heroína entre otras.

Dentro de este grupo, hay adicciones con efectos graves para la salud. Por ejemplo, la dependencia a la heroína o a la nicotina. Y otras, como la adicción a la cafeína, que no causan problemas trascendentales.

Adicciones por una actividad o conducta.



- Esta dependencia se produce cuando una persona está obsesionada con alguna actividad o conducta que le genera bienestar. Los casos más comunes son la ludopatía, la adicción a los videojuegos, a la comida, al deporte, al trabajo o a las compras. Estas adicciones suelen generar problemas que afectan al estilo de vida y al día a día de la persona que las padece. Si las adicciones al juego o a las compras afectan a la situación económica, las adicciones a la comida y al deporte perjudican a la salud.
- La adicción a los videojuegos ha surgido en los últimos años debido a las nuevas tecnologías. Esta dependencia aparece a edades cada vez más tempranas, provocando el aislamiento de la persona que la sufre. Los avances tecnológicos han desarrollado nuevas adicciones de las que aún se están estudiando las consecuencias. La adicción al teléfono, a las redes sociales o a Internet en general, son algunas de estas últimas dependencias que suelen padecer los más jóvenes.