

Dependência Química: Descrição da doença e conceito

Por Nelson Luiz Rapses*

Alcoolismo e dependência de drogas é uma doença que se instala por uma predisposição mórbida ativada por fatores sociais e familiares (uso do químico + erro psicopedagógico).

Doença Primária sobre a qual podem instalar-se outras, por sequela ou não, mas, normalmente associada a uma obsessão mental (ideia fixa).

Evolução crônica, ou seja, incurável.

Quadro clínico insidioso instala-se gradualmente com consumo de substâncias psicoativas em quantidades progressivamente maiores.

Quando instalada, seu principal sinal/sintoma é a perda do controle do consumo de substâncias psicoativas.

Evolui com uma progressiva deterioração em nível físico, mental e espiritual, causando sequelas irreversíveis, se não detidas, são fatais.

Alcoolismo e dependência de drogas, portanto, é a predisposição mórbida a desenvolver dependência a substâncias alteradoras do estado de humor.

O principal indicador do alcoolismo e dependência de drogas é a perda do controle de uso.

Doença primária, crônica, progressiva e fatal, porém, tratável.

Fases de progressão do alcoolismo e da dependência de drogas

1ª Fase: uso social

- Experiência universal;
- Aprende a alteração do humor: normal => eufórico;
- Busca a alteração de humor;
- “Ressacas” ocasionais;
- Experiência emocionalmente positiva e gratificante;
- Há sempre vantagens no uso.

2ª Fase: manifestação da dependência

- Desenvolvimento da tolerância do químico;
- Doses cada vez maiores para o mesmo efeito desejado;
- Busca normalizar o estado de humor: depressivo => normal;
- Aumento da quantidade do uso;
- Primeiros lapsos de memória;
- Familiares e amigos começam a questionar;
- Queda da produtividade, rendimento no trabalho e escola;
- Dificuldades nos relacionamentos interpessoais;
- “Ressacas” cada vez mais frequentes;
- Rigidez nos mecanismos de defesa (inconscientes);
- Instalação do sistema de autoilusão;
- Drástica alteração de comportamento;
- Isolamento;
- Grande sofrimento emocional.

3ª Fase – adicção total

- Dependência física;
- Necessidade de manter permanentemente certa quantidade do químico no organismo para evitar a “síndrome de abstinência”;
- Delírios de ciúmes;
- Amnésias mais frequentes e amplas;
- Alucinações;
- Profundas alterações de humor: depressivo => depressivo;
- Isolamento;
- Baixa autoestima;
- Ideias fixas de autoeliminação;
- Embotamento emocional.

Recuperação

Abstinência total é necessária para a recuperação do alcoolismo e dependência de drogas. Promessas para diminuir são promessas que não podem ser mantidas e qualquer uso manterá a adicção ativa.

Abstinência não é recuperação.

Tratamentos que reconheçam o alcoolismo e dependência de drogas como uma condição primária, em vez de sintoma, tem se mostrado mais eficazes.

Tratamento

1º Passo: desintoxicação

- Remover a substância tóxica do corpo;
- Sintomas de Síndrome de Abstinência Aguda aparecem quando o químico é removido;
- A desintoxicação sozinha não é tratamento adequado para a doença da adicção.

2º Passo: tratamento holístico

- A recuperação requer mudanças duradouras: físicas, psicológicas, de comportamento, sociais e espirituais;
- A educação (conscientização) é um aspecto importante no tratamento;
- Pesquisas indicam que os tratamentos de mais sucesso combinam os princípios dos Grupos de Autoajuda com aconselhamento profissional.
- Administração dos Sintomas da Síndrome de Abstinência Aguda (SAA) são essenciais para alcançar a recuperação.
- Administrar inclui entender e aceitar esses sintomas que interferem na habilidade de lembrar, pensar claramente e administrar sentimentos e emoções.

Também inclui vencer a vergonha, culpa e o medo de ficar louco, que está muitas vezes ligado a esses sintomas. Inclui reduzir e administrar estresse, recondicionamento da memória e uma vida equilibrada.

Sobriedade é essencial para uma boa saúde e uma boa saúde é essencial para a sobriedade.

- Recuperação exclui drogas prescritas e automedicação, a não ser que seja absolutamente necessária para lidar com algum outro problema sério de saúde.
- Boa nutrição é vital para a recuperação.
- Exercícios e relaxamentos reequilibram o corpo e reduzem estresse.
- Recuperação implica na ampliação dos padrões de ação e reação para lidar com as intercorrências da vida.
- A família necessita realizar tratamento concomitante com o dependente para entender a natureza da doença familiar, reestruturas papéis, regras e rituais.
- É difícil a recuperação sem um Programa Espiritual.

Processos da recuperação

O alcoolismo e dependência de drogas podem ser recuperáveis, porém não curável.

Sempre existe a possibilidade de recaída. A menos que sejam tomadas medidas duradouras para controlar a doença, a recaída é provável.

1ª tarefa de recuperação:

Reconhecimento por parte dos dependentes químicos de que são portadores de doença debilitante, com risco de vida associada ao uso de drogas alteradoras do estado de humor.

2ª Tarefa de recuperação:

Abstinência total de toda e qualquer substância alteradora do estado de humor.

3ª Tarefa de recuperação:

Reconhecimento da necessidade de um programa de recuperação.

Períodos previstos para a recuperação do alcoolismo e dependência de drogas

A previsão é de 8 a 10 anos para que o dependente de álcool e drogas retome à sua condição "normal".

De 2 a 3 anos para lidar com a síndrome de abstinência demorada e superá-la.

Modelo de recuperação evolucionário

O modelo de recuperação evolucionário sugere o cumprimento de tarefas de recuperação dentro de uma ordem progressiva. Do básico para o complexo:

Fases de recuperação:

- ABSTINÊNCIA: Aprender como parar de usar o químico;
- SOBRIEDADE: Aprender como lidar com a vida sem químicos;
- VIDA CONFORTÁVEL: Aprender a viver confortavelmente enquanto abstinente;
- VIDA PRODUTIVA: Aprender como construir uma maneira de viver sóbria e significativamente.



***Nelson Luiz Raspes** é psicólogo com formação em Dependência Química. Atua há treze anos junto ao Centro de Tratamento Bezerra de Menezes. **Mais informações:**

nelsonpsico@hotmail.com; nlraspes@gmail.com

Publicado originalmente no site da Revista Direcional Condomínios, como parte do artigo “Guia ajuda síndicos e condôminos a entenderem a dependência química”, em

www.direcionalcondominos.com.br / Maio de 2014