

## 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](mailto:nelsonpsico@hotmail.com); [nlraspes@gmail.com](mailto: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](http://www.direcionalcondominos.com.br) / Maio de 2014