

# Del abuso

## *a la adicción*



Benjamín Ruiz Loyola

Cuando escuchamos hablar de adicciones posiblemente pensemos en drogas como la cocaína, la heroína, la marihuana, el alcohol o el tabaco y pocas veces las asociemos con medicamentos.

**Los aficionados** a la popular serie de televisión *Doctor House* saben que su protagonista es un médico que padece un dolor crónico—derivado de una lesión en una pierna— y es adicto a un analgésico, el vicodín, que es un opiáceo llamado hidrocodona. Los esfuerzos de los colegas de House para que éste renuncie al analgésico son repetidos e infructuosos.

En la vida real, lamentablemente, el uso abusivo de medicamentos es un problema que está creciendo. La Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes, que pertenece a la Organización de las Naciones Unidas, advirtió en su informe de 2007 que en el mundo “los casos fatales de sobredosis de medicamentos de venta con receta están aumentando”. Y señaló también que “los medicamentos que contienen estupefacientes o sustancias sicotrópicas, o ambos, son incluso la droga preferida en muchos casos y no se consumen en sustitución de otras sustancias”.

En nuestro país los datos más recientes disponibles son los de la Encuesta Nacional de Adicciones (ENA) de 2002. Según esta encuesta, el número de personas que había usado drogas médicas de manera abusiva al menos una vez alcanzaba un total de 845 561: de los cuales 399 847 eran hombres y 445 714 mujeres de entre 12 y 65 años de edad. Estas cifras son equiparables a las reportadas para el consumo de cocaína: habían consumido cocaína 857 766 personas, es decir, una diferencia de sólo 12 205 personas.

El problema del abuso de sustancias farmacológicas es complejo y aunque los motivos que dan origen a este fenómeno son múltiples, todos llevan a las mismas consecuencias desafortunadas. Casi todos los medicamentos son productos que no son dañinos si se les administra bajo un estricto control médico, en el que el doctor prescribe las dosis necesarias para que incluso sus efectos secundarios sean los mínimos posibles.

Hay medicamentos que al igual que las drogas provocan alteraciones de distintas clases: placer, euforia, somnolencia, vigor, tranquilidad, calma, bienestar... pero también debilitan física y mentalmente,

causan trastornos en el funcionamiento normal de distintos órganos y sistemas del cuerpo, y su abuso puede poner en riesgo tanto la calidad de la vida como la vida misma.

Quienes se inyectan heroína, fuman tabaco o beben alcohol de manera rutinaria conocen los graves peligros a los que se exponen, sin embargo es muy posible que los adictos a un medicamento no sepan de las graves consecuencias del abuso. Los analgésicos, anestésicos, estimulantes, sedantes y ansiolíticos son medica-

mentos cuyo consumo excesivo puede conducir a una adicción tan peligrosa como la de las drogas y el alcohol.

### Analgésicos

Entre los medicamentos de los que más se abusa están los analgésicos,

Informes periodísticos sobre algunos resultados preliminares de la Encuesta Nacional de Adicciones 2008, que se dieron a conocer en septiembre pasado, dan cuenta de que el número de consumidores de drogas en México, al menos por una vez en su vida, aumentó de 2002 a 2008 de 3.5 millones a 4.5 millones, es decir, 28%. Los resultados finales de esta encuesta aún no se hacen públicos.

pues ayudan a calmar el dolor. Los primeros analgésicos accesibles a todos, que surgieron al final del siglo XIX, fueron las famosas aspirinas o tabletas de ácido acetilsalicílico. Su aparición revolucionó el uso de los medicamentos; éstos se comenzaron a obtener con mayor facilidad sin depender de que el farmacéutico los preparara en la rebotica. Al principio la aspirina se administraba bajo orden y supervisión del médico, pero con el tiempo se comenzó a vender sin receta y estuvo al alcance de cualquiera que sintiera que la necesitaba.

Uno de los problemas que ha suscitado el fácil acceso a analgésicos es que nos los autorrecetamos cuando sentimos dolor. Pero el dolor es la manera que tiene el cuerpo de avisarnos que algo anda mal en nuestro organismo, si nos quitamos el dolor de cabeza con un analgésico y éste no se debe a algo circunstancial como el cansancio o el estrés, puede ocurrir que la causa sea más grave; por ejemplo, un tumor del que no nos hayamos enterado por no ir al médico.

### LOS NUEVOS ANTIGRIPALES

La efedrina y la pseudoefedrina son sustancias naturales que se obtienen de una planta llamada *Ephedra vulgaris*. Se han empleado principalmente como antigripales por su acción broncodilatadora y antihistamínica. No obstante que su valor terapéutico es enorme, han sido retirados del mercado de los antigripales de mostrador y solamente se les encuentra en medicamentos controlados por receta. El motivo es que la efedrina y la pseudoefedrina son precursores para la síntesis de metanfetamina, un estimulante ilegal sumamente poderoso que causa adicción con mucha facilidad. La pseudoefedrina y la efedrina se han sustituido en los medicamentos antigripales por otros con menor actividad terapéutica pero sin los problemas del desvío de su uso.



El uso indiscriminado de un analgésico puede llevar a que cada vez necesitemos una cantidad mayor para quitarnos la molestia y esto conduce a la tolerancia al medicamento. Si, por ejemplo, para controlar el dolor de cabeza se recomienda una dosis de 500 mg de ácido acetilsalicílico cada ocho horas, hay quienes con el tiempo van requiriendo una dosis mayor en periodos cada vez más cortos. Su cuerpo se ha acostumbrado a la sustancia y requiere cada vez más cantidad de ella para alcanzar el efecto deseado.

Los analgésicos opiáceos incluyen morfina y codeína —derivadas del opio— y por ello sólo deben consumirse por prescripción médica, pues si no pueden provocar una fuerte adicción. La morfina se emplea con frecuencia en procedimientos previos y posteriores a intervenciones quirúrgicas para tratar dolores muy intensos, mientras que la codeína se considera un analgésico medio. Ambas sustancias actúan sobre el sistema nervioso y el cerebro provocando euforia, pero a dosis altas causan depresión respiratoria. Los opiáceos no deben consumirse con otras sustancias depresoras del Sistema Ner-

vioso Central (SNC) como alcohol, antihistamínicos, ansiolíticos (tranquilizantes) o anestésicos.

Junto a los analgésicos vienen los anestésicos. El abuso de la ketamina, por ejemplo, que tiene propiedades hipnóticas y produce alucinaciones y amnesia, puede ocasionar una gran relajación que se convierte en una pérdida del control muscular incluso del aparato respiratorio y matar a quien la consuma sin medida.

### Ansiofíticos

Hay dos tipos distintos de ansiolíticos menores: los barbitúricos y las benzodiazepinas. Los primeros pertenecen al grupo de medicamentos llamados depresores del SNC. Actúan sobre este

Los analgésicos, anestésicos, estimulantes, sedantes y ansiolíticos son medicamentos cuyo consumo excesivo puede conducir a una adicción tan peligrosa como la de las drogas y el alcohol.



ALGUNOS MEDICAMENTOS CUYO ABUSO PUEDE CAUSAR ADICCIÓN

Tipo de medicamento	Principio activo <sup>1</sup>	Efectos cuando se abusa en su consumo
Anestésicos	Ketamina	Descontrol muscular, alucinaciones, amnesia. Delirio, depresión, náusea, vómito, paro respiratorio, paro cardíaco.
Depresores, ansiolíticos	Barbitúricos	Depresión, mareos, confusión, cansancio, falta de coordinación, falta de concentración.
Depresores, ansiolíticos	Benzodiazepinas (distintas al flunitrazepam)	Sedación, mareos.
Depresores, ansiolíticos	Flunitrazepam	Alteraciones gastrointestinales y visuales, retención urinaria, pérdida temporal de la memoria.
Estimulantes	Metilfenidato	Depresión, pérdida de sueño, pánico, paranoia, agresividad, lesiones renales, paro cardíaco.
Jarabe contra la tos	Dextrometorfano	Alucinaciones, falta de coordinación muscular, falta de atención y de concentración, disociación.

<sup>1</sup>Se mencionan solamente algunos de los principios activos como ejemplos.

sistema produciendo efectos que pueden ser tanto positivos como dañinos. Los barbitúricos —que ya sólo se usan como antiepilépticos— ayudan a disminuir el malestar y la ansiedad generando un sentimiento de bienestar y facilitando el sueño. No obstante, pueden provocar cansancio, mareos, descoordinación muscular, falta de concentración, confusión y depresión. Estos compuestos causan tolerancia y adicción. No deben consumirse junto con antihistamínicos, opiáceos o alcohol.

Las benzodiazepinas tienen los mismos efectos que los barbitúricos, si bien su capacidad de producir habituación y dependencia es menor. Pero junto al bienestar que puedan provocar, también llegan a causar confusión, depresión y alteraciones respiratorias, además de lagunas mentales por lapsos mayores a 24 horas y, en ocasiones, amnesia por un tiempo superior a aquel en que el fármaco actuó. Estas sustancias no deben consumirse junto con antihistamínicos, opiáceos o alcohol.

### Estimulantes

Estos medicamentos se emplean regularmente para el tratamiento de la narcolepsia; desorden de déficit de atención

y en algunos tipos de depresión. Aumentan el estado de alerta, quitan el sueño, reducen la sensación de cansancio y producen euforia; minimizan las inhibiciones y, en ocasiones, intensifican las experiencias sexuales.

Cuando pasa su efecto inicial, pueden provocar crisis de angustia, depresión y a veces un fuerte deseo de otra dosis del estimulante o de alguna otra droga. Cuando el uso es prolon-

gado sobreviene una pérdida de apetito y de sueño, cansancio, falta de atención y de concentración, y malestar físico generalizado. En algunos casos producen agresividad y paranoia. Pueden generar mucho calor corporal (hipertermia) si se hace mucho ejercicio habiéndolos ingerido y si quien los ha consumido no bebe suficiente líquido causan

Casi todos los medicamentos son productos que no son dañinos si se les administra bajo un estricto control médico, en el que el doctor prescribe las dosis necesarias para que incluso sus efectos secundarios sean los mínimos posibles.

una deshidratación que puede provocar lesiones renales, cerebrales o la muerte. La sudoración excesiva que resulta de la hipertermia puede acelerar el corazón hasta ocasionar un paro cardíaco.

No deben emplearse junto con medicinas contra los resfriados, con antidepresivos o con alcohol.

### Prevención y tratamiento

Las adicciones a los medicamentos pueden ser tan terribles y peligrosas como la dependencia de las llamadas drogas duras. No sólo los jóvenes están en peligro de hacerse adictos a algún medicamento por la curiosidad natural que hay de probar las drogas a cierta edad, los profesionales de la salud también, pues hay fármacos estimulantes que ayudan a soportar jornadas de trabajo muy largas y ellos los pueden obtener fácilmente. También las personas que padecen de dolor crónico se vuelven tolerantes a grandes dosis de analgésico, ya sea porque lo toman por su cuenta o porque no siguen la dosis indicada por el médico.

Los tratamientos para abandonar el abuso de medicamentos deben ser tomados tan seriamente como los del abandono de las drogas duras y del alcohol y el tabaco, pues la adicción implica una dependencia física y psicológica de la

sustancia. El tratamiento de los pacientes adictos a medicamentos debe incluir una terapia psicológica que los ayude a lidiar con la apremiante necesidad de consumir la sustancia a la que son adictos, pues esta última altera el funcionamiento de su cerebro y por lo tanto cambia su conducta. Además, el abandono del consumo de la sustancia trae consigo un gran malestar denominado síndrome de abstinencia y que se caracteriza por una gran ansiedad, sudor, no poder dormir, dolor e incluso alucinaciones.

En el caso de la adicción a analgésicos opiáceos como la morfina, el tratamiento psicológico es muy importante, pues el adicto tiene que acostumbrarse a no usarlos desde el principio.

Si la adicción es a los barbitúricos y a las benzodiazepinas es necesario desintoxicarse paulatinamente, pues no se pueden abandonar de golpe. Hay que recurrir a un médico que indique cómo ir bajando la dosis y también recibir apoyo psicológico, pues estos medicamentos casi siempre se toman para evitar el pánico y la ansiedad. Es necesario entonces tratar también las razones de estos síntomas.

La adicción a los estimulantes es la más difícil de tratar, pues son sustancias similares a la cocaína y a las metanfetaminas. Hay que renunciar a ellos del todo y actualmente no existen fármacos que ayuden con el síndrome de abstinencia, por lo cual se requiere también de terapia psicológica de apoyo.

La mejor manera de prevenirse contra la adicción a los medicamentos es no autorrecetárselos, consultar al médico y tomarlos sólo en las dosis indicadas. 👁

### MÁS INFORMACIÓN

- Méndez Acosta, Miguel, *Automedicación y medicamentos alternativos*, ADN y CONACULTA, México, 2000.
- <http://www.nida.nih.gov/ResearchReports/Prescripcion/Prescripcion.html>
- <http://www.incb.org/pdf/s/press/2007/annual-report-press-kit-2006-es-4.pdf>

Benjamín Ruíz Loyola es profesor de tiempo completo en la Facultad de Química de la UNAM y autor de más de 50 artículos de divulgación.