

Organizado por:



Financiado por:



REVISTA: "PORTAVOCES ANTIESTIGMA"

CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN Y LUCHA CONTRA EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES



HUELLAS EN LA MENTE

#MENOSESTIGMAMÁSVISIBILIZACIÓN

***NO BUSQUES LA DIFERENCIA,
NO AUMENTES EL PROBLEMA***

CON TESTIMONIOS REALES DE
PERSONAS CON ADICCIONES

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

¿QUÉ ES UNA ADICCIÓN?

Según la OMS, es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. Es también una enfermedad cerebral, crónica, progresiva, y que puede llegar a ser mortal, además de afectar a la persona en todos los aspectos de su vida.

Se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas en los que se involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Es una enfermedad que produce descontrol, distorsiones del pensamiento y negación ante la realidad.

Las adicciones pueden tener graves consecuencias para la salud, como enfermedades cardiovasculares, trastornos mentales, trastornos del sueño y problemas de salud mental, entre otros. Además, las adicciones pueden afectar la capacidad de las personas para llevar a cabo actividades importantes en su vida, como el trabajo y las relaciones personales.

¿QUÉ SON LAS DROGAS?

Una droga es toda sustancia que, introducida en el organismo por cualquier vía de administración, produce una alteración del natural funcionamiento del sistema nervioso central (SNC) de la persona y además es susceptible de crear dependencia, ya sea psicológica, física o ambas.

Además, las drogas o sustancias psicoactivas son capaces de modificar la consciencia, el humor, el pensamiento y comportamiento de quien las consume.

Las drogas se pueden clasificar de distintas formas, es decir, según la legalidad, y según sus efectos.

CLASIFICACIÓN DE LAS DROGAS

SEGÚN SU LEGALIDAD

Las drogas legales

Son aquellas sustancias psicoactivas que están permitidas, es decir, cuyo uso no está penalizado por la ley. La legalidad de las drogas varía según las leyes de cada país.

A pesar de la legalidad de las drogas, no se corresponde con su peligrosidad. Es decir, aunque sean legales, el abuso de las drogas es peligroso y perjudicial para la salud.

De hecho, en nuestra sociedad, las drogas que más se consumen y más problemas de salud conllevan son, precisamente, las drogas legales como el tabaco y el alcohol, por lo que la legalidad puede ser incluso un factor de riesgo.

Las drogas ilegales

Las drogas ilegales son aquellas sustancias psicoactivas cuyo uso no está permitido por la ley del país. Puede ser que el consumo propio esté permitido en algunas circunstancias, pero la venta está penalizada.



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

CLASIFICACIÓN DE LAS DROGAS

¿QUÉ TIPOS DE ADICCIONES EXISTEN?

SEGÚN EL EFECTO EN EL SNC

Depresoras

Sustancias que disminuyen la actividad del SNC. Lo hacen reprimiendo las estructuras presinápticas de las neuronas, consiguiendo que la cantidad de neurotransmisor transferido sea menor, disminuyendo también la función de los receptores postsinápticos de las otras neuronas. Éstas son:

- El alcohol
- El cannabis
- Las benzodíacepinas
- La heroína

Estimulantes

Sustancias que estimulan la actividad del SNC. Lo hacen bloqueando la inhibición o excitando las neuronas directamente. De esta manera, pueden provocar síntomas como taquicardia, dilatación pupilar, sudoración, aumento de la tensión arterial, etcétera. Éstas son:

- Las anfetaminas
- La cocaína
- La cafeína
- La nicotina

Perturbadoras

Sustancias capaces de modificar la actividad psíquica y producir alteraciones en la percepción como alucinaciones, así como alterar el estado de ánimo y los procesos de pensamiento. Éstas son:

- LSD
- Los alucinógenos
- El MDMA
- La ketamina

Existen dos tipos de adicciones, por un lado las adicciones a sustancias, conocidas como las drogas o sustancias psicoactivas y, por otro lado, las adicciones comportamentales.

En cuanto a las primeras, se pueden catalogar diferentes clases de drogas como son el alcohol, la cafeína, el cannabis, los alucinógenos (LSD), los inhalantes, los opioides sedantes, hipnóticos o ansiolíticos, los estimulantes (incluidas sustancias de tipo anfetamínico, cocaína y otros estimulantes), el tabaco y otras sustancias.

Esto se debe a que los comportamientos del juego activan un sistema de recompensa que pueden ser similares a los que se activan por el consumo de sustancias.

Así pues, el juego patológico se convierte en la única adicción conductual y trastorno adictivo.



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

¿CÓMO FUNCIONAN LAS ADICCIONES EN EL SNC?

Las adicciones afectan **directamente** en el Sistema Nervioso Central, una parte fundamental de nuestro cerebro, provocando una **modificación** de su funcionamiento. Esto es provocado por el llamado **Sistema de Recompensa cerebral**, o Sistema de gratificación que impacta en el circuito primitivo de nuestro cerebro, aquel que se encarga de nuestra supervivencia.

Este sistema se encarga de regular las sensaciones placenteras, memorizar los estímulos del ambiente, facilitar el aprendizaje y promover la repetición de aquellas conductas que nos han resultado agradables. Cuando hablamos de las primeras tomas de una sustancia se aprende de forma inconsciente las circunstancias ambientales con esta, de forma que la recompensa que percibe nuestro organismo se ve asociada con un lugar, un olor... De forma que, al volver a percibir ese estímulo procedente del ambiente nuestro organismo recuerda la recompensa asociada con este, incitando a tomar la sustancia. En condiciones normales, seleccionaríamos la respuesta antes de actuar, sin embargo, cuando se ha producido la adicción el funcionamiento es diferente: se pierde el control sobre los circuitos del cerebro y se generan respuestas automáticas y compulsivas. Por lo que, quienes sufren una adicción no deciden, si no que se encuentran obligados por su propio organismo a consumir.

CONCEPTOS BÁSICOS EN LAS ADICCIONES

SÍNDROME DE ABSTINENCIA

Conjunto de síntomas de agrupación y grado de gravedad variables que se producen al dejar o reducir el consumo de una sustancia psicoactiva que se ha tomado repetidamente, normalmente durante un periodo prolongado y/o en dosis elevadas. El síndrome puede ir acompañado de signos de alteración fisiológica, y es uno de los indicadores de un síndrome de dependencia. También es la característica que define el significado psicofarmacológico más estrecho de la dependencia.

El inicio y el curso del síndrome de abstinencia están limitados en el tiempo y están relacionados con el tipo de sustancia y la dosis que se toma inmediatamente antes de la interrupción o reducción del consumo. Normalmente, las características del síndrome de abstinencia son las opuestas a las de la intoxicación aguda, que se trata de una consecuencia grave por consumo de gran cantidad en breve periodo de tiempo. Las consecuencias de la intoxicación aguda son perder capacidades, temperatura corporal baja, respiración lenta, pérdida de conocimiento, convulsiones, vómitos, dificultad para mantener la atención, velocidad y distancia de los objetos.

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

CONCEPTOS BÁSICOS EN LAS ADICCIONES

DEPENDENCIA

Se refiere a un estado en el que el cuerpo y el cerebro se adaptan a la presencia de una droga, y en el que la ausencia de la droga produce síntomas de abstinencia. La dependencia puede ser física, psicológica o ambas, y se considera un trastorno médico

Tolerancia: se produce porque el cuerpo se adapta a la presencia de la droga y cambia la forma en que procesa la sustancia. No obstante, esta sustancia es igualmente tóxica para el cuerpo. Es decir, no por el hecho de desarrollar tolerancia a una droga concreta se reduce el efecto nocivo que esta produce en el interior de nuestro cuerpo. Más bien sucede lo contrario: el cuerpo acabará por necesitar consumir una mayor cantidad de dicha droga para lograr alcanzar el mismo efecto que antes conseguía con una dosis más reducida. Este es un claro síntoma de que se está comenzando a ser adicto a ella.



SOBREDOSIS

Se diferencia de la intoxicación en que ésta se produce tras varias tomas y la intoxicación sería con el primer abuso de alcohol. Se produce con un nivel excesivo de alcohol en sangre lo que se traduce en un mal funcionamiento de las funciones vitales (respiración, ritmo cardíaco, termorregulación). Normalmente se produce por unos niveles superiores a 200mg por 100 ml. Y sus consecuencias son: estupor, coma o incluso la muerte.

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

FACTORES QUE INFLUYEN EN LAS ADICCIONES



FACTORES DE RIESGO

Se consideran factores de riesgo a todo elemento personal o ambiental que pueda aumentar la posibilidad de consumo de drogas. Entre ellos podemos encontrar:

- Presión social
- Búsqueda de sensaciones fuertes
- Ambiente negativo en el hogar
- Es importante atender a cada cultura

FACTORES DE PROTECCIÓN

Se trata de las características personales, situacionales o ambientales que reducen la probabilidad de que se de un consumo de sustancia. Entre ellos podemos encontrar:

- Autoestima alta
- Buen desarrollo de habilidades sociales
- Búsqueda de espacios libres de drogas
- Buenos estilos educativos
- Ambiente de seguridad para el sujeto
- Espacios libres de juicios

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

PREVALENCIA EN EL CONSUMO DE SUSTANCIAS

Distribución de la muestra de la población de 15-64 años de la encuesta EDADES según sexo, edad, estado civil, nivel de estudios y nacionalidad (%). España, 2022

		T	H	M
SEXO	Hombre	50,2	100,0	0,0
	Mujer	49,8	0,0	100,0
EDAD	15 a 24 años	15,1	15,5	14,8
	25 a 34 años	17,3	17,3	17,2
	35 a 44 años	22,3	22,0	22,6
	45 a 54 años	24,1	24,2	23,9
	55 a 64 años	21,3	21,0	21,5
ESTADO CIVIL	Soltero/a	41,3	45,3	49,9
	Casado/a	48,2	46,4	9,9
	Separado/a	8,6	7,2	3,0
	Viudo/a	2,0	1,0	9,7
NIVEL DE ESTUDIOS	Sin estudios/estudios primarios	9,9	10,1	9,7
	Estudios secundarios	68,2	69,5	66,9
	Estudios universitarios	21,9	20,5	23,4
NACIONALIDAD	Española	86,2	87,6	84,9
	Extranjera	13,8	12,4	15,1
CON QUIÉN VIVE	Solo	12,5	15,3	9,8
	Familia propia	62,5	57,6	67,6
	Familia de origen	24,0	25,7	22,2
	Otros	0,9	1,4	0,5

FUENTE: OEDA Encuesta sobre Alcohol y Drogas en España (EDADES)

Con estos datos lo que observamos es que se pueden desmitificar ciertas creencias instauradas en la sociedad, y que hacen que sea imposible avanzar con respecto a estos temas debido a los bulos que pasan desde los más mayores hasta los más pequeños.

Observamos como el mayor porcentaje de personas que consumen sustancias está entre los 45 y los 54 años, edad considerada adulta y generalmente trabajadora, por lo que el mito que inculca la sociedad sobre la gran cantidad de jóvenes que consumen se vería desmitificado. Lo mismo pasa con el estado civil, el mayor porcentaje de personas que consumen están **casados**, al igual que poseen una **familia propia** y con **estudios secundarios**.

Y el mito más interesante de ver es que las **personas más consumidoras** se encuentran con **nacionalidad española**, y no extranjera como muchas veces se ha escuchado.

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

DIFERENCIAS EN EL CONSUMO DE DROGAS CON EL PASO DEL TIEMPO

Prevalencia de consumo de sustancias psicoactivas en los últimos 30 días en la población de 15-64 años (%). España, 1997-2022													
	1997	1999	2001	2003	2005	2007	2009	2011	2013	2015	2018	2020	2022
Tabaco	42,9	40,1	41,4	42,9	38,4	38,8	39,4	37,6	38,3	38,5	38,8	36,6	37,2
Alcohol	64,0	61,8	63,7	64,1	64,6	60,0	63,3	62,3	64,4	62,1	62,7	63,0	64,5
Hipnosedantes con o sin receta	-	-	-	-	3,7	5,9	5,2	8,3	8,9	8,1	7,5	8,6	8,7
Analgésicos opioides con o sin receta	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2,9	3,6	4,0
Cannabis	4,6	4,5	6,4	7,6	8,7	7,2	7,6	7,0	6,6	7,3	9,1	8,0	8,6
Éxtasis	0,3	0,2	0,8	0,4	0,6	0,6	0,4	0,3	0,2	0,2	0,2	0,3	0,2
Alucinógenos	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,1	0,2	0,2	0,1	0,2	0,1	0,2
Anfetaminas	0,2	0,3	0,6	0,2	0,4	0,3	0,3	0,3	0,3	0,2	0,2	0,3	0,2
Cocaína polvo o base	-	-	-	-	-	-	1,3	1,1	1,0	0,9	1,1	1,2	1,4
Tabaco	34,9	33,6	35,7	36,7	32,8	29,6	31,8	30,4	30,8	30,8	34,0	32,3	33,1
Alcohol	12,7	13,7	15,7	14,1	14,9	10,2	11,0	10,2	9,8	9,3	7,4	8,6	9,0
Cannabis	0,7	0,8	1,5	1,5	2,0	1,6	2,0	1,7	1,9	2,1	2,1	2,9	2,8

FUENTE: OEDA Encuesta sobre Alcohol y Drogas en España (EDADES)

Según estos datos podemos observar cómo la sustancia más consumida a lo largo de los años es el alcohol, que ha predominado en años anteriores, además de serlo en la actualidad. Seguido del alcohol, encontramos el tabaco, llegando a ser la segunda sustancia más consumida tanto en años anteriores como en la actualidad. En tercer lugar tenemos los hipnosedantes con o sin receta, aunque estos no se empezaron a consumir hasta 2005, han llegado a posicionarse entre las cinco posiciones primeras. Si omitimos los hipnosedantes, en tercer lugar tenemos el cannabis, del que su consumo ha ido aumentando año tras año.



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

Por otro lado, en el contexto de las adicciones encontramos las adicciones comportamentales, como es la ludopatía.

¿QUÉ ES LA LUDOPATIA?

El juego patológico o ludopatía es un **trastorno adictivo** que se caracteriza por un comportamiento desadaptativo, persistente y recurrente que lleva a una alteración o malestar significativo cuando no se puede jugar.

¿QUÉ TIPOS DE JUGADORES EXISTEN?

JUGADORES/AS PROFESIONALES

Son personas para las que el juego se convierte en un estilo de vida, calculando cada apuesta de manera minuciosa. Generalmente juegan a las cartas o a más juegos donde la experiencia y el ingenio son esenciales para ganar.

JUGADORES/AS SOCIALES

incluye a personas que juegan por satisfacción o recreo, haciendo entonces un uso ocasional del juego. Son capaces de parar de jugar siempre que se lo proponen, ya que el resultado de las apuestas no actúa sobre su autoestima.

JUGADORES/AS PROBLEMÁTICOS

Son los/as que se exceden demasiado jugando. Juegan con mucha frecuencia gastando elevadas cantidades de dinero, lo cual termina siendo un problema. El incremento del juego provoca que dejen de lado otras aficiones o que pierdan amistades. Cuando la apuesta va aumentando cada vez más y no son capaces de afrontar las pérdidas pueden convertirse en jugadores patológicos.

JUGADORES/AS PATOLÓGICOS

Son personas que han perdido el control sobre el juego, además de no tener capacidad para dejar de jugar, siendo así muy dependientes de este. Invierten una gran cantidad de tiempo y dinero y cuando pierden aumenta su deseo de volver a jugar para recuperar todo el dinero previamente perdido. Asimismo, también son optimistas irracionales y tienen pensamientos supersticiosos.

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

¿QUÉ TIPOS DE JUEGOS EXISTEN?

- Juego en casinos (blackjack, ruleta, bacará...), donde normalmente las apuestas son bastante altas.
- Apuestas deportivas (frontón, carreras de caballos, apuestas de fútbol...).
- Loterías y apuestas del estado.
- Loterías instantáneas.
- Juegos de dados o cartas donde las apuestas son muy volubles y generalmente se llevan a cabo en un ámbito privado.
- Máquinas tragamonedas.



FASES PARA LLEGAR A SER UNA PERSONA JUGADORA PATOLÓGICA

- Fase de ganancia. El usuario juega con poca frecuencia, lo hace en un ambiente social y alguna que otra vez consigue un premio. Para aumentar su autoestima pueden darles más valor a las ganancias y minimizar las pérdidas.
- Fase de pérdida. El acto de jugar implica perder su ambiente social y el jugador comienza a jugar en solitario, aumentando de forma progresiva la frecuencia y el dinero que invierten en el juego, lo cual aumenta las pérdidas.

De esta forma poco a poco comienzan a endeudarse, invirtiendo más dinero para poder pagar las mismas. Aquí comienza el distanciamiento con familia y amigos, deterioro laboral, estado irritable...

- Fase de desesperación. Con el paso del tiempo, la persona recae en el juego, pero intenta ocultarlo. Presenta una gran cantidad de problemas económicos y puede cometer actos ilegales con el objetivo de conseguir dinero.

Las mentiras terminan descubriéndose y comienza a tener un intenso malestar físico y psicológico. Las alternativas ante esta situación pueden llegar a ser buscar ayuda, huir, ir a prisión o suicidarse.

ADEMÁS, DEBES SABER...

Actualmente, las nuevas tecnologías e Internet tienen un papel muy importante en la vida diaria de las personas, de manera que los problemas de la salud mental también invaden la vida online, dando lugar a patologías nuevas como la adicción a Internet o los juegos online. Con lo que respecto a los juegos de apuestas y casinos online, desde la legalización de estos de manera online han aumentado las consecuencias negativas sobre la salud y particularmente sobre el equilibrio mental de hombres y mujeres adolescentes, así como de personas adultas y mayores. Las redes sociales, la fácil adquisición de dispositivos móviles y la divulgación de publicidad que efectúan los operadores de juego en cada medio de comunicación, provocan en gran parte el incremento de este grave problema.

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

PREVALENCIA DEL JUEGO PATOLÓGICO

La ludopatía es considerada un problema para la sociedad ya que los juegos de azar y apuestas se consideran una adicción debido al hecho de que afectan de manera similar y a los mismos mecanismos neuronales que activan las sustancias psicoactivas, teniendo incluso síntomas parecidos a los que podemos encontrar en una drogadicción. Esto lo podemos ver reflejado en la alta prevalencia que hay en España. Así, la Red de Atención a las Adicciones (UNAD) habla ya de un incremento del 52% de personas adictas al juego.

El perfil más vulnerable a la hora de convertirse en una adicción es el de **género masculino**, que convive con su pareja, está en la franja de edad de entre 18 y 43 años y posee un nivel bajo de ingresos y estudios.

Cabe destacar que la franja de edad que más dinero destina a esta actividad es la de **36 a 45 años**, con un **gasto medio** de **802€**, siendo las apuestas deportivas y los juegos de casino las más populares con un 70,6% y 43,35%, respectivamente. Solo el juego online privado ha generado un beneficio de 875,9 millones de euros. Estos datos reflejan el motivo del incremento de las casas de apuestas.



Ha habido un **aumento masivo de la publicidad**, especialmente en televisión, eventos deportivos y redes sociales cuyos contenidos principalmente tratan de normalizar el juego y resaltar ganancias de todo tipo. Esto incita a jóvenes y adolescentes a jugar ilegalmente y tener repercusiones en ellos a medio y largo plazo, donde los varones son los más perjudicados en este sentido.



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

PUBLICIDAD EN EL JUEGO PATOLÓGICO

Debemos señalar la publicidad encubierta por parte de figuras importantes de las redes sociales o internet, como se puede ver en el artículo *"Influencers y publicidad encubierta: Fuera de control a pesar de la regulación"* publicado el 8 de febrero de 2021. En este artículo se habla de cómo los influencers mediante las redes sociales interactúan con sus seguidores. Una de las preguntas que más le hacen es cuánto dinero ganan gracias a las redes sociales, a lo que ellos le contestan que donde más se gana no es en las redes, sino mediante apuestas.



Algunos expertos han afirmado que muchos de sus pacientes adictos a los juegos que iban a su consulta empezaron a jugar como resultado de ver a **personas famosas** que también lo hacían, futbolistas en televisión, youtubers que juegan y lo publican en YouTube, mediante otras plataformas como Twitch, etc.

En los últimos años, con lo fácil que resulta el acceso al juego online, se ha observado cómo una gran cantidad de adolescentes participan en estos desde su móvil u ordenador, accediendo también por esta vía a los juegos para mayores de 18 años, como los concursos de póker o juegos de casino, entre otros. De este modo, las redes sociales se han convertido en un popular acceso a los juegos de azar online para los adolescentes.

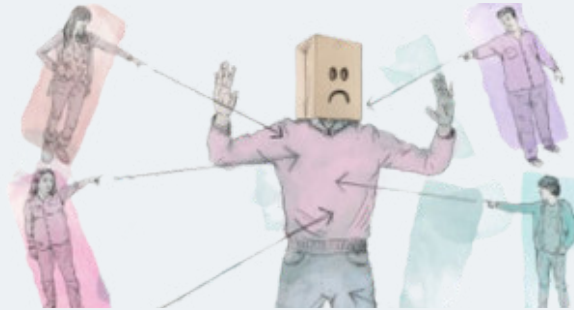
Por otro lado, los juegos de azar presenciales, tales como apuestas deportivas o el juego de la ruleta, también suponen un riesgo para los jóvenes que lo llevan a cabo. El fácil acceso también a estos juegos se debe principalmente al gran número de casas de apuestas que existen repartidas por cada ciudad de nuestro país. Observemos un ejemplo en la imagen:



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

¿QUÉ ES UN ESTIGMA?

Un estigma se trata de una condición, atributo, rasgo o comportamiento que hace que una persona con unas determinadas características sea incluida en una **categoría social** hacia cuyos miembros se genera una respuesta **negativa**. El estigma no solo impide la prestación o la búsqueda de atención médica; en realidad, puede intensificar o incluso reiniciar el consumo de drogas, ya que desempeña un papel clave en el círculo vicioso que lleva a las personas adictas a continuar con el consumo.



En el contexto de las drogodependencias, se observa que en la formación del estigma se acentúa la falta de motivación por la búsqueda de ayuda o el miedo a tener problemas con las autoridades como consecuencia de la señalización que sufren las personas con trastornos adictivos. Por otra parte, frecuentemente el consumo de drogas está asociado con otros estereotipos, que a su vez amplifican la experiencia del estigma, tales como el VIH, los problemas de salud mental y la delincuencia.

El estigma no solo influye en las personas consumidoras antes de iniciar un tratamiento, sino también durante su realización y después de él, además de prevalecer durante el tratamiento.

Por este motivo, los/las profesionales sanitarios/as son un grupo diana con el que se debe trabajar la supresión de los estigmas, con el objetivo de brindar la mejor atención posible y que aumente la calidad de vida de las personas con las que trabajan.

La **etiqueta estigmatizante** se convierte en la definición íntegra de la persona, pasando a interiorizar el estigma en su identidad e invisibilizando a la persona y el resto de esferas que conforman su identidad. Se internalizan las creencias estereotipadas y, por ende, la persona actúa autoexcluyéndose de ciertos ámbitos.

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

¿QUÉ ES UN ESTIGMA?

Para una persona que sufre una adicción, las experiencias que resultan de la estigmatización pueden ser **extremadamente angustiantes**, ya que, usualmente estas personas sienten vergüenza, culpa, enojo, rechazo y un sentido de inutilidad que, a su vez, puede desencadenar en un consumo mayor de sustancias y otros comportamientos de riesgo. Las **consecuencias** de la estigmatización de la adicción pueden ser **devastadoras**, y aún más, si el objetivo es una persona vulnerable, especialmente una mujer o una persona discapacidades mentales o físicas.

Algunos **ejemplos de estigmatización** asociados al tratamiento de adicción son:

- Las personas no buscan tratamiento, en parte, debido a su preocupación de ser etiquetados como «adictos». Como respuesta, las personas suelen esconder su problema de adicción, y mediante ello, reducen sus posibilidades de recibir el tratamiento que necesitan.
- Los/as profesionales de la salud consideran que su trabajo con las personas con desórdenes en el uso de sustancias tiene un estatus menor en relación con pacientes de otras categorías. Finalmente, en las prácticas de salud mental, las personas con problemas de uso indebido de sustancias pueden ser expulsadas del tratamiento cuando se descubre el uso indebido de sustancias.



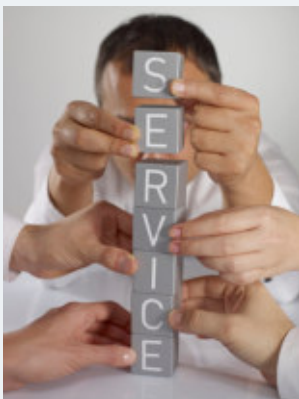
Muchos profesionales de la salud no están capacitados en el tratamiento de las adicciones. Por lo tanto, las personas con trastornos por el uso de sustancias o adicciones conductuales no reciben un tratamiento adecuado. Muchos médicos/as no reconocen a las adicciones como una condición curable e incentivan a los pacientes a pedir ayuda fuera de la comunidad médica.



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

¿QUÉ ES UN ESTIGMA?

Los servicios de asistencia médica pueden estar por debajo de los niveles de calidad. Un meta análisis de 28 estudios evaluó las actitudes de los/as profesionales de la salud en relación a los/as pacientes con desórdenes en el uso de sustancias. El análisis reveló actitudes negativas generalizadas que contribuyen a una calidad de atención deficiente. Entre otros elementos: Los/as profesionales de la salud tienen en general una actitud negativa frente a los/las pacientes con desórdenes en el uso de sustancias, estos/as pacientes son vistos como manipuladores/as, potencialmente violentos/as y sin motivación, una distorsión que dificulta la prestación de asistencia médica, los/as profesionales carecen de educación, entrenamiento o estructuras adecuadas que permitan el trabajo eficiente con dichos pacientes, las actitudes negativas de los profesionales de la salud contribuyen a reducir el empoderamiento de los pacientes, y dificulta la posibilidad de un tratamiento exitoso y los/as profesionales están menos involucrados en brindar atención médica y están más inclinados/as a adoptar un enfoque basado en tareas, lo que resulta en menos empatía y compromiso personal por su parte.



Hablando de las diferencias de género entre hombres y mujeres en el mundo de las adicciones, encontramos que las mujeres consumidoras reciben una mayor penalización social que los hombres, lo que se traduce en la presencia de un menor apoyo familiar o social sumado a situaciones económicas y laborales más precarias como a mayor aislamiento social, lo cual favorece a la omisión del problema y la ausencia de ayuda o la demora en recibir atención necesaria. Las dificultades encontradas por las mujeres para la recuperación de la dependencia reside en dos tipos de factores: Aquellos que están relacionados con el programa de tratamiento, y los que tienen que ver con los condicionantes sociales, personales y culturales.



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

¿QUÉ ES UN ESTIGMA?

Por otro lado, es importante resaltar los **factores de riesgo** a tener en cuenta, los cuales hacen a las personas más vulnerables frente a las adicciones, dichos factores los podemos dividir en tres áreas:

PERSONALES

- Vulnerabilidad genética
- Personalidad: impulsividad y búsqueda de sensaciones
- Edades tempranas
- Susceptibilidad al aburrimiento y exceso de tiempo libre
- Trastornos mentales (del estado del ánimo, TDAH, de personalidad, del uso de sustancias)
- Sesgos de pensamiento
- Eventos vitales estresantes
- Soledad física y emocional

FAMILIARES

- Cultura del juego
- Publicidad
- Modelos de jugadores (imitación social y presión social)
- Disponibilidad
- Accesibilidad
- Juego como actividad de ocio
- Condiciones como el confinamiento
- Aislamiento social

SOCIALES

- Falta de comunicación
- Sobreprotección
- Ausencia de normas y límites
- Modelos familiares respecto al juego

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

ESTIGMA EN GRUPOS VULNERABLES

Atender al concepto de colectivos vulnerables requiere comprender las **dinámicas sociales** que preceden a la configuración de las relaciones entre las personas que tienen lugar en diversos escenarios. En dichos escenarios, se identifican como grupos vulnerables a aquellos constituidos por personas que se encuentran en una especial posición de debilidad que se condiciona fruto de las relaciones sociales establecidas.



En estas personas concurren una serie de características, tales como el sexo, la edad, el género, la salud mental, la discapacidad, entre otras, que se convierten en los **factores responsables** de su debilidad por la atribución de significado social que tienen asociada y por tanto, se encuentran en mayor riesgo de sufrir la desaprobación del entorno social.

Aún se requiere de mucho tiempo y trabajo para llegar a hablar de las adicciones sin tapujos ni bulos, pero hasta entonces tenemos que luchar y dotar a la población de herramientas para que poco a poco se conozcan los verdaderos datos de esta enfermedad, para su buen tratamiento y para lograr luchar y enfrentar la discriminación que sufren aquellas personas con una adicción.

Los orígenes de la vulnerabilidad pueden ser externos e internos y al combinarse disminuyen o anulan la capacidad que tiene una persona, grupo o comunidad para enfrentar una situación determinada que les ocasione un daño.

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

ESTIGMA EN GRUPOS VULNERABLES

COLECTIVO LGTBIQ+

Dicha desaprobación de la que hablamos persigue a las adicciones en general, pero también a otros colectivos que son especialmente vulnerables:

MUJERES

Las mujeres consumidoras son doblemente estigmatizadas, por no cumplir con los roles femeninos (esposa dependiente y madre o hija cuidadora). A ello se añade la asociación entre el consumo con la prostitución o promiscuidad sexual en el imaginario social. Si a ello le sumamos que han tenido ingresos en prisión, el juicio-moral público comporta una mayor penalización social. Así, el uso de drogas y el encarcelamiento son contrarios al o femenino dado que supone la desviación del comportamiento normativo. Esto conlleva la creación de una imagen social de rechazo hacia estas mujeres provocando que se encuentren en situaciones de especial vulnerabilidad.



La discriminación social sufrida por su orientación sexual y/o identidad de género se une al estigma de la adicción, llegando a casos en los que se pueden encontrar en una situación desesperante en su búsqueda de tratamiento de las adicciones. Esta estigmatización aumenta si presentan, además, alguna de las patologías más rechazadas, como es el caso del SIDA (VIH), lo que aumenta, a su vez, la carga emocional y el rechazo de su entorno



PATOLOGÍA DUAL

Diversos estudios muestran la existencia de una imagen social negativa tanto hacia el drogodependiente como hacia las personas con trastorno mental grave sostenido básicamente en la creencia de incurabilidad y cronicidad.

Las consecuencias del proceso de estigmatización del colectivo son amplias y diversas, afectando a la totalidad de las áreas de la persona e incluso de su entorno próximo.

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

ESTIGMA EN GRUPOS VULNERABLES

Dicha desaprobación de la que hablamos persigue a las adicciones en general, pero también a otros colectivos que son especialmente vulnerables:

INMIGRACIÓN

Es acompañada de una serie de factores de riesgo que pueden desencadenar una adicción, dichos factores o problemas con los que se encuentran son de salud durante el viaje y en el país de acogida, problemas de salud mental, dificultades de acceso a los servicios sociales, sanitarios, legales, lingüísticos y de inserción laboral. Además, unido a la exclusión social que sufre frecuentemente este colectivo y las dificultades añadidas, puede reducir su calidad de vida y sus posibilidades de recuperación.



PERSONAS MAYORES

En la etapa del envejecimiento se producen cambios sociales (pérdida del cónyuge, jubilación, soledad no deseada...) y físicos (renal, cardiovascular, nervioso central...) que aumentan las posibilidades de caer en una adicción. Además, con el envejecimiento tienen a surgir problemas de salud crónicos y se les receta con frecuencia más medicamentos que a otros grupos, lo que genera un mayor índice de exposición a medicamentos potencialmente adictivos.

PERSONAS SIN HOGAR

La indigencia está definida por la falta de un hogar. Pero a la falta de un hogar se asocian muchas otras circunstancias que incrementan la exclusión social de las personas que la padecen. La carencia de medios básicos para protegerse, tanto de inclemencias temporales como de peligros, custodiar las pertenencias, disponer de cierta privacidad, cuidar de la higiene y de la salud, tener una alimentación adecuada o simplemente descansar es igual de importante. La ausencia de atención a estas necesidades humanas mínimas favorece la aparición o la dificultad de abandono de la adicción en las personas sin hogar.

HELP *the*
HOMELESS

Organizado por:



HUELLAS EN LA MENTE

#MENOESTIGMAMÁSVISIBILIZACIÓN

Financiado por:



TESTIMONIOS

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

**"QUIERO
RECUPERAR
MI LIBERTAD"**

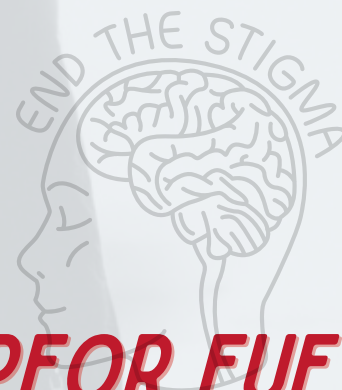
A día de hoy miro esta vida con arrepentimiento, por meterme en un mundo oscuro donde **las drogas te quitan todo lo positivo de la vida**, familia, amistades, etc. Es una pena tirar la vida a la basura de esta forma. **La sociedad, en general, tiene muy mal visto a las personas con adicción.** Yo antes de comenzar a consumir, también tenía el concepto de mal mirar a "ese mundo". Con las tonterías de la juventud, metí la pata y me vi arrastrado a un mundo de terror con exceso de consumiciones. Hoy en día estoy en un centro de desintoxicación y **tengo ganas de poder olvidar mis adicciones, queriendo recuperar a mi familia, amigos, libertad, confianza y paz interior.**

F. D.

El consumo de sustancias esta muy mal visto por la sociedad, pero no se dan cuenta que es una enfermedad. Yo no sabía que el ser alcohólico era una enfermedad hasta que fui consciente de todas las desgracias que me trajo. **Lo peor que me paso fue perder a mi mujer y a mis hijos, pero doy gracias que con mucho esfuerzo me han perdonado y me están ayudando mucho en mi recuperación.** Cuando veo a una persona bajo los efectos del alcohol me da pena al pensar que yo era uno de ellos y no me daba cuenta de mi situación. Yo pensaba que estaba bien, pero la gente me veía y me decían "bebes mucho, controla" pero yo no les hacía caso. Llegó un punto en el que no podía controlarlo y me trajeron a Comunidad Terapéutica.

M. A. T

**"LO PEOR FUE
PERDER A MI
FAMILIA"**



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

*La sociedad te señala con el dedo, te rechaza, te considera una carga. **No se dan cuenta que necesitamos comprensión y ayuda.***

Faltan medios, centros y especialistas para tratar esta problemática.

F. J. M.

**NECESITAMOS
COMPRENSIÓN Y AYUDA** ”

**"SUPE QUE
NO ERA UNA
PERSONA
NORMAL"**

*El ser juzgado por mi familia me daba igual. **Me paré un momento a pensar y perdí a toda mi familia y en este momento supe que no era una persona normal.** No cuidaba mi limpieza personal, había perdido hábitos normales de mi vida y a mis amistades: me repetían en muchas ocasiones que estaba haciendo mal las cosas y les agradezco que me hubiesen dicho la verdad.*

*En el el trabajo lo pasaba mal, ya que no le ponía interés a las cosas y perdí muchos puestos de trabajo o incluso los abandonaba por mi mismo. Pensé en mi familia y amigos y busqué una solución para superar esta enfermedad. Gracias al equipo profesional de Ceres **soy una persona mucho más formal y educada.***

Anónimo



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

Es importante vivir sin ningún estigma, implantado por la gente de nuestro entorno o a nivel de la sociedad en general.

*En mi caso **me ha costado mucho quitarme esa etiqueta** y aun creo que me sale de vez en cuando, pero intento no darle demasiada importancia porque yo tengo claro como soy y la opinión de los demás sobre mí no influye a la hora de hacer mi vida con normalidad.*

Es muy importante mantenerte sin consumir y tener una buena autoestima para que tu entorno pase lo más desapercibido posible. Lo más importante es para tí es que te conozcas a tí mismo, con tus virtudes y defectos. Lo que piensen los demás no te debe preocupar.

*La sociedad muchas veces necesita poner etiquetas a los demás porque así ellos pasan mas desapercibidos y **no ven mas allá e intentan desprestigiar a la gente que ha tenido problemas.***

Anónimo

"YO TENGO CLARO COMO SOY"

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

"SIGO SINTIENDO DISCRIMINACIÓN"

Yo me sentí mal consumiendo drogas. Además, cuando lo supo mi familia tenía la misma relación que antes de no consumir.

La distancia era mayor, ya que la gente comentaba que se me notaba que tenía una adicción. Eso a mi familia no le gustaba.

A la hora de ir a un trabajo, me preguntaban si había tenido problemas con las drogas y les decía la verdad, por ello no me solían coger para ese puesto y **sufría mucho, porque yo necesitaba el dinero para comer.**

Además, yo quería dejar de consumir y no tenía mucha ayuda, porque la gente me conocía y me juzgaba en vez de apoyarme y acompañarme. Ahora que estoy en tratamiento me siento mucho mejor y veo que **aunque sigo sintiendo discriminación por mi pasado, no es como antes.**

Anónimo



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

Al principio no era tan consciente de lo que me pasaba y tenía tan asumido que cuando me dijeren algo o me lo tomaba bien o me cabreaba según me pillarán, aunque tampoco me quitaba el sueño. Porque la verdad es que cuando estás consumiendo no percibes gran cosa, pero sí es cierto que perdí muchas relaciones sociales que antes sí tenía y que quizás me discriminaron por mi problema con las drogas.

Ahora sí que me siento mal cuando hay personas que hablan sin saber lo que nos está ocurriendo, que no tengan en cuenta nuestra enfermedad y que por ello, piensen que nos merecemos menos a nivel laboral, social, etc.

Ver la adicción como una enfermedad me ha ayudado mucho a darme cuenta que muchas de las cosas que he hecho ha sido por tener un problema y no por un vicio o porque quería. Ahora solo queda que todas las personas que nos ven como viciosas sepan de la enfermedad que tenemos.

Anónimo

**"NO SOMOS
PERSONAS
VICIOSAS"**



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

"SI NOS CUESTA ENTENDERLO A NOSOTROS MISMOS IMAGINO QUE AL RESTO MÁS"

La mayoría de las personas más que ver o detectar una adicción ven vicio. Al ver una persona consumidora, la catalogan de drogadicto/a, alcohólico/a o vicioso/a. **No ven el sufrimiento que hay detrás de la adicción y creen que se puede controlar fácilmente.** Piensan que es un problema que se puede poner fin con un simple ¡YA NO CONSUMO MÁS! Piensan que en los centros de drogodependencia hay personas que no merecen la pena o son despojos sociales, no hablo de todo el mundo o que todas las personas piensen igual, pero creo que hasta que no tienen un familiar o una persona cercana con esta enfermedad no son conscientes de que la adicción es una enfermedad. Por mi parte pensaba lo mismo hasta que me explicaron que tenía una adicción, si nos cuesta entenderlo a nosotros mismos imagino que al resto más.

Si fuera por mi, cogería a una de las personas que nos cataloga como viciosos y les metería unos meses con nosotros. Seguramente se daría cuenta de que esta totalmente equivocado y también de que podría trabajarse muchas cosas de su personalidad y formas de vivir, y estoy seguro de que aquí no nos encierran como a desechos. Vería que aquí hay personas con mucha inteligencia, con muchos valores y sobre todo buenas personas, la voluntad que tenemos y la lucha que hacemos.

Personas que han sufrido en su vida como nadie y están luchando por cambiarlo y tener una vida decente, y que a pesar de caer, lo vuelven a intentar. Estoy seguro de que muchos duros, no durarían conviviendo con 32 personas cada uno de su padre y de su madre, ni un solo día. También lo ven como secta o negocio, y lo que de verdad **es, una lucha contra nosotros mismos, y una de las peores batallas.** Creo que somos afortunados por un lado ya que no todo el mundo puede conocerse tanto a si mismo como nosotros en este proceso.

J. R

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

Al estigma y adicción yo voy añadir hipocresía, porque también a veces en la vida se nos cruzan problemas inesperados. Nadie está libre y tu podrías ser esa persona que está en ese cajero viviendo, o ese que pide en la puerta de los locales o ese "yonki" como lo llamáis la mayoría de la gente. Es mejor juzgar que ayudar y no me refiero a darles dinero si no ayudarles a salir de esa esfera donde se busca una punta que nunca se encuentra, y que por ser personas buenas nobles y sencillas la sociedad les dimos de lado. Para algunos es una diversión apalearlos y humillarlos, grabarlos con el móvil, para unos es noticia para otros eres escoria y desprecio.

Todos somos responsables de lo que pasa en este mundo, a veces el ser humano somos una especie increíbles pero también terrible.

Nuestra mente está inundada de hipocresía, queremos ayudar al que está lejos y somos incapaces de ayudar al que está a tu lado.

Señores y señoras todos nos hemos reído de alguien alguna vez, todos somos culpables de nuestra enfermedad y de nuestras desgracias, y tenemos suerte de poder estar aquí calientes, aseados y con comida encima de la mesa. Aun así nos criticamos entre nosotros en la misma cadena y en el mismo rol que la sociedad ve en nosotros y otras personas.

Recuerda que algún día puedes formar parte de esta historia.

Anónimo

**"TU
PODRÍAS
SER ESA
PERSONA,
QUE ESTÁ
EN ESE
CAJERO
VIVIENDO"**



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

La sociedad entiende como adicto a la persona viciosa, sin moral que solo piensa en consumir, que descuida su vida personal y familiar de forma irresponsable, que invierte su dinero en un vicio como: yonki, drogata fumeta, etc.. Olvidando y apartándolo de la sociedad.

La adicción como enfermedad, que intenta defender como concepto la OMS y distintas fundaciones en la actualidad, definiendo al adicto como enfermo, se extiende en la sociedad, pero puede mas el estigma que comente antes.

*Hoy en día es una enfermedad mental más, lo cual estigmatiza al enfermo adicto, ya que cuando alguien dice que tiene una enfermedad mental es mirado con recelo, sospecha y sobre todo miedo. **La sociedad en general o no sabe o no acepta que la adicción es una enfermedad mental la cual tiene tratamiento**, la cual depende en gran medida del mismo enfermo adicto, y el no tener un tratamiento que dependa de la "típica pastilla" que toman otros enfermos, convierte al enfermo adicto en un blanco fácil de miedo, sospecha, etc.*

M. G. S

**"TODO EL MUNDO
MERECE UNA
OPORTUNIDAD"**

Las personas tienen muchos prejuicios sobre las personas que consumen. Cuando estamos en consumo, hemos hecho muchas cosas sobre lo que seguro no estamos orgullosos, como robar, agredir...etc. Además de habernos visto seguramente en situaciones bastante desagradables, no obstante la gente puede cambiar, puede rehabilitarse o no.

*Pero la gente que sale realmente de esta adicción, no deberían juzgarles ni para trabajos ni para amistades, ni para nada. Puesto que es esa enfermedad la que nos hacia hacer esas cosas. Todo el mundo merece una oportunidad. Además de todo esto, les diría a todo el mundo que juzga y critica que ojala y no sea, pero nunca es tarde para caer en esta enfermedad. Un día puedes verte tocando el cielo y otro bajo tierra, porque **cuando la enfermedad ataca, no entiende ni de clases, ni de edades ni sexo.***

R.S.O

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

Cuando se ve a una persona en la calle tirada con un cartón de vino, no se les acerca nadie, se les ve como mendigos, borrachos y drogadictos, **se creen** que son **personas incapaces de trabajar o llevar una casa**, entonces, ¿cómo puede salir una persona de una adicción si todo eso fuera verdad? Pues **gracias a personas buenas, familiares o conocidos la persona puede volver a seguir un buen camino** y llegar a ser una persona de a pie como se considera normal.

M. A

Hoy en día **la sociedad en la que vivimos ve con malos ojos cualquier cosa que se salga de lo normal o lo común**. Esto tiene unas consecuencias para las personas que son diferentes o tienen alguna circunstancia que les hace seguir un patrón diferente al establecido. En el caso de las adicciones las personas se ven gravemente afectadas por este **rechazo social**, por ello quiero recalcar que todas las personas merecemos otra oportunidad en la vida. Hay que aceptar la adicción como lo que es, una enfermedad, y cualquiera que la tenga no tiene porque ser desvalorizado.

"ES UNA REALIDAD QUE EXISTE"

J.L.G.N

Desde que yo tengo conciencia los prejuicios y valoraciones sobre las sustancias y adicciones fueron negativas, **es visto como algo propio de la gente descarriada, con bajo nivel económico y cultural**. Cuando conocí yo misma las sustancias fui consciente de que esto no es algo exclusivo de personas de bajo nivel, sino que abarca a todo tipo de personas sin percatarse de su rango o su posición. No solo existen estigmas sobre las adicciones, hay muchas más en aspectos que ni nos imaginamos, y **hay que hacerles frente y mostrar una realidad que existe pero que a veces se omite**.

Anónimo

28

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

"¿CÓMO VAMOS A LUCHAR CONTRA ALGO QUE HA CREADO EL PROPIO HOMBRE?"

Las personas con adicciones **son rechazadas, apartadas, alejadas y sin oportunidades para mejorar su vida**. Se escuchan comentarios como: "Cuánto más lejos mejor".

Anónimo

Mucha gente no ve más allá de lo que hay dentro de una persona con adicción, lo ven como un indigente, **lo dan de lado y no le toman en cuenta su opinión**. Esto lo que hace es perjudicar a la persona. **Se debería dar a conocer más información sobre este tema para que la gente conociera más esta enfermedad y no juzgase tanto** este tipo de situaciones.

Anónimo

El estigma es una de las cosas con las que más me veo reflejado por mi adicción. **Además de sufrirlo durante mi rehabilitación lo sufrí después**, la gente de mi alrededor hablaban de mi entre ellos, y no precisamente cosas buenas. Existen muchos prejuicios, **mucha toxicidad y mucha crítica hacia el perfil de un adicto**. La sustancia se llega a convertir en tu prioridad y todo desemboca en una etiqueta por parte de los demás que cierra muchas oportunidades. **Llegué a perder la confianza en mi mismo**.

I.. A.

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

Si eres una persona adicta o has sido adicta casi siempre eres el que está en la boca de los demás, **notas como en los trabajos no te miran bien por ser un adicto**. Les da igual que seas buena persona y rindas bien en tu trabajo. Ser un adicto implica mucho más que consumir, llevas una mochila llena de comentarios y actitudes a las que les tienes que hacer frente.

Anónimo

En la sociedad no se reconoce la adicción como una enfermedad, y como yo, **la mayoría de la gente no sabe lo que conlleva hasta que tienes un caso cercano o eres tú** el que está metido en el problema. Por el simple desconocimiento de la enfermedad mucha gente es sometida a comentarios y acusaciones que no tienen porque ser ciertas.

M. A. T

Las consecuencias que ha provocado en mí la estigmatización por ser adicto han sido: sentirme rechazado por la gente, baja autoestima, **daño y sufrimiento a mi familia, aislamiento**, ser señalado, me consideraba una carga para la sociedad... Sentía una falta de medios y comprensión por parte de los demás.

J. M

"ACUSACIONES QUE NO TIENEN PORQUE SER CIERTAS"

EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

El estigma es arrastrado desde la educación. Debido a la falta de medios y recursos se produce el desconocimiento de lo que es esta enfermedad y se nos juzga a los que estamos dentro de ella. Se establecen creencias erróneas y comportamiento discriminatorios con respecto a la gente que la sufre. **Es un error creer que la gente adicta no cambia,** la gente adicta son personas normales y corrientes que luchan contra su enfermedad como cualquier otra persona.

Anónimo **Tengo ganas de superar mi adicción,** sacar los demonios que llevo dentro, recuperar a mi familia, amigos y sobre todo, mi libertad y confianza.

F. D

No todo el mundo entiende que esto es una enfermedad, **muchas personas creen que lo hacemos porque queremos,** porque nos gusta sentirnos mal. Para los que somos adictos es duro y muy doloroso sentirnos rechazados y solos.

A. I. G. P

La adicción es una enfermedad, pero una muy especial.

G. G. A

”

LIBERTAD Y CONFIANZA



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

Considero que todavía hay mucho trabajo que hacer en contra de los prejuicios que tiene la sociedad sobre las personas que tenemos este problema. **Cuando eres mujer el estigma se agrava todavía mas**, la gente se cree que por ser toxicómano o adicto a algo no eres persona, no tienes sentimientos y no se paran a pensar en lo duro que es vivir con esta enfermedad, simplemente creen que eres un vicioso/a.

Si vas por la calle y **se percatan por tus pintas directamente se alejan o se cruzan de acera** pensando que les puedes hacer algo malo, nadie o casi nadie piensa que puedes necesitar ayuda, y **se muestran como si no existieses**.

Si te recuperas y en tu zona la gente te conoce **es prácticamente imposible que te vuelvan a dar trabajo**, se creen que no vas a ser responsable e incluso que vas a robar en el trabajo.

La gente piensa que por tener esta enfermedad no puedes querer a tus familiares y que eres una carga para ellos, es muy difícil cambiar esa opinión. Es muy difícil cambiar la idea de la gente de que se puede cambiar, en vez de intentar ayudarte suelen ir a hundirte mas aun con sus comportamientos y comentarios.

La gente te juzga como madre, padre, hijo o hermano sin parar a pensar en el daño que hacen.

En definitiva ser un adicto en esta sociedad esta muy estigmatizado y pone muy difícil la recuperación de la enfermedad, no ayuda nada.

N. M. G

"SE MUESTRAN COMO SI NO EXISTIESES"



EL ESTIGMA EN LAS ADICCIONES

TESTIMONIOS

*Hoy en día las adicciones son un problema para la sociedad que vivimos, **y más en las mujeres**. Una tiene miedo de pedir ayuda por el qué dirán y nos escondemos mucho. Cuando buscamos trabajo lo primero que hacen es mirar si tienes algún problema con alguna sustancia y es muy difícil esconder algo que te acompaña siempre. **En la sociedad se nos ve con la única función de cuidar a nuestros hijos y si no eres responsable de esta función eres la peor persona del mundo**. Lo que no entienden es que la adicción es un problema mundial, desde los más jóvenes a los más mayores.*

S.

**"LA ADICCIÓN ES UN
PROBLEMA MUNDIAL"**



Como hemos observado a lo largo de la revista el estigma en personas con adicciones es un problema importante que afecta su calidad de vida, su búsqueda de ayuda y su proceso de recuperación. ya que sufren una gran desaprobación social, discriminación y un juicio negativo.

Es importante abordar el estigma asociado con las adicciones para promover un enfoque compasivo y basado en la evidencia hacia las personas que luchan con la adicción. Esto implica educar a la sociedad sobre las causas y la naturaleza de las adicciones, promover empatía y el apoyo en lugar de estigmatización.

La adicción es una enfermedad tratable, las personas pueden recuperarse y reconstruir sus vidas de manera significativa.

**"EL VIAJE A LA RECUPERACIÓN
PUEDE SER DIFÍCIL PERO LAS VISTAS
DESDE AQUÍ VALEN LA PENA"**