

Programa Congrés "Sana Ment"

Promoció de la salut mental per als joves amb els joves
Caixa Forum, 20 de maig de 2016

Quina relació hi ha entre les drogues, estils de vida i salut mental?

Antoni Gual

Unitat de Conductes Addictives
ICN. Hospital Clínic. Barcelona

IDIBAPS. RTA

tgual@clinic.cat

Ens droguem per passar-ho bé? Per millorar la nostra salut mental?



Les drogues es caracteritzen per:

- Ser tòxiques, especialment a nivell de sistema nervios central (SNC), i per tant produint comportaments nocius per la persona
- Alterar les prioritats de l'individu (i per tant l'estil de vida), mitjançant la seva acció sobre els circuits cerebrals de recompensa

Toxicitat de les drogues a nivell de SNC

- Intoxicacions agudes
- Quadres confusionals
- Trastorns psicòtics aguts i/o crònics
- Crisis d'angoixa (atacs de pànic)
- Trastorns depressius
- Trastorns adaptatius
- Deteriorament cognitiu (atròfia cerebral)
- Alteracions conductuals (auto i hetero agressivitat)

Alteració de les prioritats: Els circuits cerebrals de recompensa

El cervell recompensa les conductes que faciliten la supervivència :

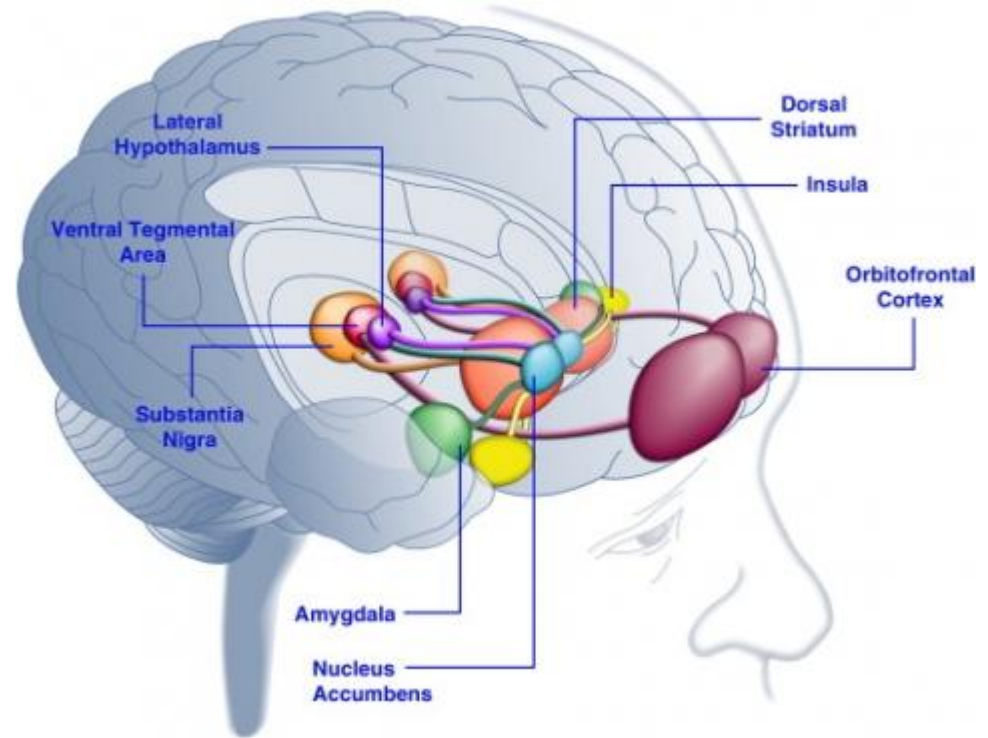
- de l'individu (alimentació)
- de l'espècie (reproducció)

Per facilitar la repetició d'aquestes conductes, la gratificació es produeix mitjançant la lliberació de dopamina al cervell límbic.



Alteració de les prioritats: els circuits cerebrals de recompensa

- Les drogues actúen sobre els mateixos circuits de recompensa cerebral produint una resposta amplificada
- Les drogues enganyen el cervell, i fan que les percebim erròniament (exagerem els efectes positius i infravalorem els negatius)



Alteració de les prioritats:

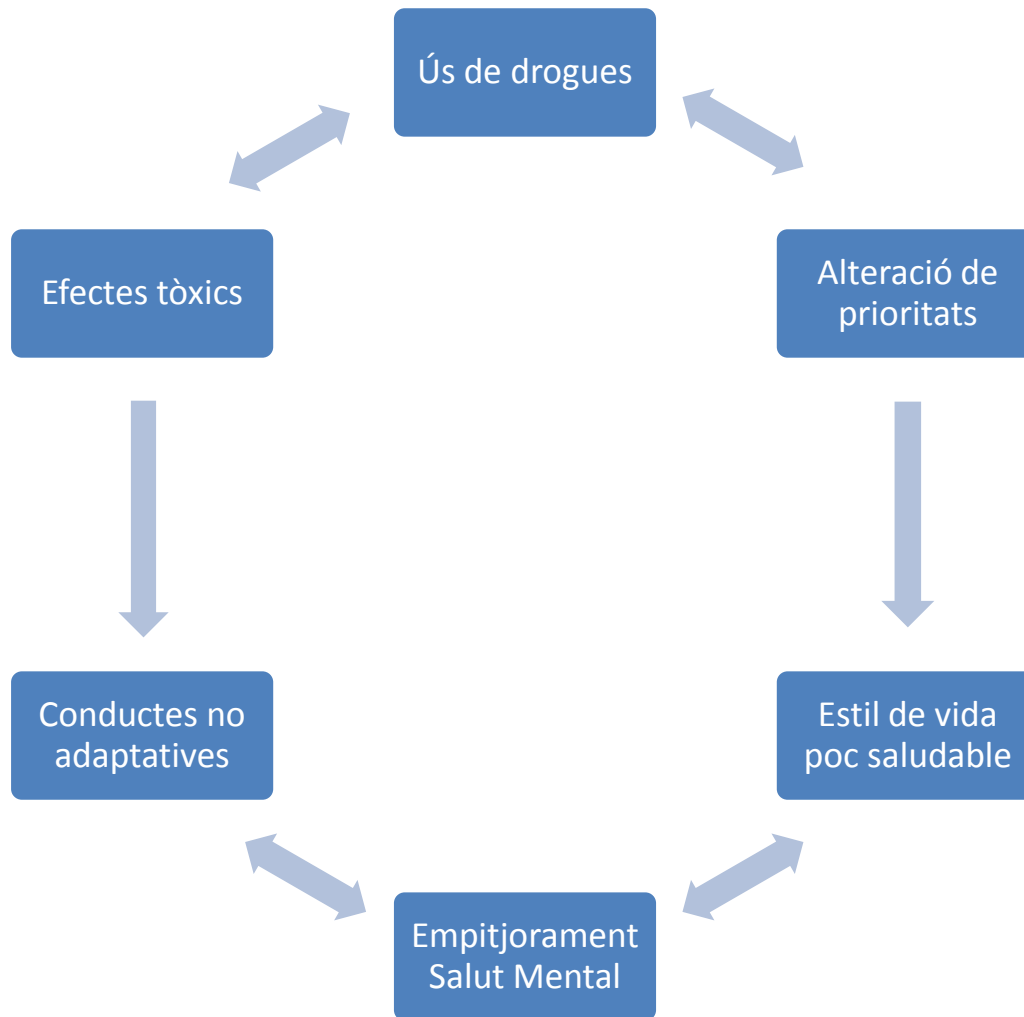
Història d'en Marc

- 17 anys. Viu amb pares i germà de 15 anys.
- Bon estudiant fins els 16 anys. Mai conflictes escolars ni familiars rellevants.
- Esportista. Juga a fútbol federat, esquia a l'hivern i li agrada la bicicleta.
- Un xic tímid, però te un cercle reduït de bons amics.
- Abans abstemi, fa un any inicia consum de begudes alcohòliques i alguns porros

Alteració de les prioritats: Història d'en Marc (2)

- Actualment beu quasi tots els caps de setmana. 6-8 cerveses cada cop que surt.
- Fuma un porro abans d'anar a dormir, i els caps de setmana en pot fumar 2-3 més.
- Ha deixat de practicar esport de competició. Algún cop havia arribat tard al partit i després s'ha cansat de ser suplent.
- Va molt menys a esquiar. Li fa mandra i no li agrada l'ambient. Ha canviat d'amics. Veu poc els amics de sempre.
- Ha empitjorat el rendiment acadèmic. Per primera vegada ha suspés algunes assignatures.
- Les relacions familiars han empitjorat notablement.
- Fa un any deia que volia ser arquitecte. En aquest moment no té gens clar cap on vol orientar el seu futur.
- Se sent apàtic, trist, un xic ansiós, i sols quan beu o fuma porros es troba a gust amb sí mateix.

Conclusions



Programa Congrés "Sana Ment"

Promoció de la salut mental per als joves amb els joves
Caixa Forum, 20 de maig de 2016

MOLTES GRÀCIES PER LA VOSTRA ATENCIÓ !!

Quina relació hi ha entre les
drogues, estils de vida i salut
mental?

Antoni Gual

Unitat de Conductes Addictives
ICN. Hospital Clínic. Barcelona

IDIBAPS. RTA

tgual@clinic.cat