

Padecen patología dual, esto es, una adicción y otro trastorno mental

EL 40% DE LAS PERSONAS CON TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA SON ADICTOS AL DEPORTE

- El ejercicio se convierte en una medida compensatoria para la pérdida de peso.
- Esta adicción también es más frecuente entre los pacientes con adicción al alcohol y otras drogas y en personas que sufren disforia y rasgos obsesivos y de personalidad límite.
- Las adicciones a sustancias y las adicciones comportamentales comparten sustratos neurobiológicos.

Madrid, 29 de abril de 2014.- Cuatro de cada diez personas que sufren trastorno de la conducta alimentaria son también adictos al deporte. *“Las adicciones y las otras patologías mentales se relacionan muy frecuentemente,* explica el **doctor Néstor Szerman**, presidente de la Sociedad Española de Patología Dual (SEPD). *La patología dual, como se define esta asociación, ocurre en el 70% de los casos”.*

En los últimos años se ha incrementado notablemente la asistencia a gimnasios y la realización de deporte de manera rutinaria, algo que en palabras del **doctor Ignacio Basurte**, secretario de la SEPD, *“es recomendable”.* Este experto asegura que *“los estilos de vida saludables como una alimentación variada y equilibrada y el ejercicio moderado es aconsejable en todas las épocas del año”.*

El problema radica en que en algunos casos detrás del “hábito” del deporte se encubren otros trastornos como trastornos de la alimentación donde el ejercicio se convierte en medida compensatoria para la pérdida de peso y, en algunos casos, deriva en un patrón de conducta anómalo que esconde psicopatología, como ocurre con la vigorexia.

“Aunque la mayoría de la población expuesta no desarrolla adicción, si la persona es vulnerable y está diagnosticada de otros trastornos o adicciones la probabilidad aumenta”, apunta el Dr. Szerman.

Actualmente no hay estudios epidemiológicos que establezcan la prevalencia de la “dependencia al ejercicio” en la población general pero observando los casos atendidos parece que en personas con disforia, y rasgos de personalidad obsesivo y límite, ocurre de manera frecuente. En cuanto a la adicción a sustancias, suelen ser personas con trastorno por uso de alcohol, opioides y tabaco. En palabras del Dr. Szerman *“la diferencia entre ser adicto al deporte y no serlo viene marcada cuando el deporte interfiere la rutina y la vida diaria y la anteposición de éste a otras recompensas naturales”.*

Reacciones a nivel cerebral

Muchos autores defienden que el deporte produce a nivel cerebral las mismas reacciones que provocan las drogas en el cerebro de los consumidores. En este

sentido, el presidente de la SEPD considera que *“en personas vulnerables, expuestas, se podría afirmar que se producen reacciones semejantes. Hay personas que tienen sistemas y circuitos cerebrales disfuncionales que dan lugar a diferentes síntomas psíquicos como malestar, problemas de relación interpersonal y que mejoran cuando realizan un ejercicio físico intenso”*.

Ser el problema o ser la solución

En el lado contrario existen terapias para pacientes con patología dual que incluyen la práctica deportiva como parte del tratamiento. *“Los modelos neurobiológicos en animales podrían explicar en muchos casos porqué en determinados pacientes con patología dual pueden compensarse o incluso mejorar con la realización de ejercicio físico”*, comenta el doctor Basurte. *“A día de hoy sabemos que el deporte es competitivo con el autoconsumo de drogas (que destruye neuronas) y que aumenta la neurogénesis (creación de neuronas).*

Basándonos en estos datos se puede afirmar que *“las adicciones a sustancias y las adicciones comportamentales comparten en cierta medida sustratos neurobiológicos”*, concluye el experto.

Sociedad Española de Patología Dual

Los avances en las neurociencias y los estudios epidemiológicos han puesto en evidencia la íntima y significativa relación entre conductas adictivas y otros trastornos mentales. La controversia y el desconocimiento que deriva en una falta de diagnóstico y tratamiento inciden en la elevada morbilidad y mortalidad de los pacientes y en el sufrimiento de sus familias.

Constituida en 2005 y con más de 1800 socios, la Sociedad Española de Patología Dual (SEPD), pionera a nivel internacional, coloca a España en un lugar de liderazgo. Esta sociedad científica además de dar reconocimiento científico a estos pacientes, constituye un espacio común para los clínicos, médicos, psicólogos e investigadores que trabajan en distintos dispositivos de atención a personas adictas, psiquiatría y salud mental, así como otros lugares donde existen pacientes con patología dual, en el que pueden compartir sus inquietudes y proyectos investigadores, clínicos, docentes etc. Como punto de referencia nacional e internacional en su campo, la SEPD trabaja para asesorar, formar, investigar y dar servicio a la sociedad en torno a esta problemática.

Para más información

PLANNER Media 91.787.03.00 Elena Moreno/ Laura Castellanos

E-mail: emoreno@plannermedia.com/lcastellanos@plannermedia.com

¡¡Síguenos en twitter @sepd_es!!