



Fundación  
PATOLOGÍA DUAL  
SEPD



SECRETARÍA DE ESTADO  
DE SERVICIOS SOCIALES  
E IGUALDAD  
DELEGACIÓN DEL GOBIERNO  
PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS



## “¿Y tú te lo crees?” aclara los 10 prejuicios más comunes en España sobre las adicciones y los trastornos mentales

- Esta campaña de concienciación social online ([www.ytutelocrees.es](http://www.ytutelocrees.es)) ha sido organizada por la Fundación de Patología Dual, en colaboración con la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA y la Plataforma Madrileña de Entidades Para la Asistencia a la Persona Adicta y su Familia (Fermad), y ha contado con la financiación de la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad
- Frases muy frecuentes en la sociedad, que lejos de ayudar a los afectados, les excluye socialmente, como “fumar porros es más sano que fumar tabaco”, “la timidez se vence con el alcohol”, “la adicción es un vicio” o “la adicción al juego no es una enfermedad mental”, no se apoyan en evidencias científicas
- Para dar respuesta a estos mitos sobre la patología dual (denominación que designa la existencia de un trastorno adictivo y otro mental) se han elaborado diez videos, protagonizados por familiares y pacientes, y por expertos en patología dual
- En esta iniciativa han colaborado el presentador Pablo Motos, los humoristas José Mota y Álvaro Velasco; los periodistas Quique Peinado, Ángela Portero, José María García y Raúl del Pozo; la actriz Luisa Martín; y la modelo Marisa Jara

**Madrid, 7 de marzo de 2017.-** Aún existen en nuestro país falsas creencias y prejuicios acerca de las adicciones y los trastornos mentales que, lejos de ayudar a los afectados, les excluye socialmente. Frases como **“fumar porros es más sano que fumar tabaco”, “la timidez se vence con el alcohol”, “la adicción es un vicio” o “la adicción al juego no es una enfermedad mental”**, son muy frecuentes en la sociedad, pero ninguna de ellas se basa en evidencias científicas.

Con el objetivo de aclarar estos mitos y controversias y concienciar a la población de la realidad sobre la **patología dual** (denominación que designa la existencia de un trastorno adictivo y otro mental), la **Fundación de Patología Dual** ha puesto en marcha la **campaña “¿Y tú te lo crees?”**, en colaboración con la **Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA** y la **Plataforma Madrileña de Entidades Para la Asistencia a la Persona Adicta y su Familia (Fermad)**, y que ha contado con la financiación de la **Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad**.

*“Ninguna persona elige ser adicta ni tener una enfermedad mental. Es necesario formar e informar a la sociedad, así como mejorar el diagnóstico de algunas enfermedades mentales con el fin de detectar a tiempo la patología dual, cuya prevalencia en España es superior al 50% entre las personas que acuden a centros de salud mental y/o adicciones. Con esta campaña queremos que la población general pueda identificarse con los principales prejuicios o esquemas mentales que se tienen*





Fundación  
PATOLOGÍA DUAL  
SEPD



SECRETARÍA DE ESTADO  
DE SERVICIOS SOCIALES  
E IGUALDAD  
DELEGACIÓN DEL GOBIERNO  
PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS



acerca de las adicciones”, afirma el **Dr. Néstor Szerman**, presidente de la **Fundación Patología Dual**.

El presentador **Pablo Motos**, los humoristas **José Mota** y **Álvaro Velasco**; los periodistas **Quique Peinado**, **Ángela Portero**, **José María García** y **Raúl del Pozo**; la actriz **Luisa Martín**; y la modelo **Marisa Jara** han apoyado esta campaña online de concienciación ([www.ytutelocrees.es](http://www.ytutelocrees.es)) participando en diez videos, que muestran los principales prejuicios, preguntando a la sociedad “**#y tú te lo crees?**”.

Para dar respuesta a estos prejuicios, se han elaborado otros videos, protagonizados por familiares y pacientes, que cuentan su historia personal, y por expertos de la **Fundación Patología Dual** que aclaran, ante los siguientes 10 mitos, que:

**1. Es más sano fumar porros que tabaco:**

No, fumar porros no es más sano que fumar tabaco, es un tópico que no se apoya en las evidencias científicas. En el cerebro existe un sistema endocannabinoide endógeno que procesa las sustancias cannabinoides que se consumen. En algunas personas este sistema está alterado, siendo más vulnerables a que el simple consumo acabe derivando en una adicción. Además de la adicción, el cannabis puede desencadenar, en algunos sujetos, una psicosis o una manía. Ni fumar porros ni fumar tabaco es sano.

**2. La timidez se vence con el alcohol:**

Es un hecho científico comprobado que el alcohol produce tranquilidad, euforia y mejora las relaciones interpersonales, ya que potencia el sistema opioide endógeno del cerebro. Este sistema cerebral no es igual en todas las personas, y un menor nivel de endorfinas conlleva menores habilidades sociales, como timidez y evitación de relaciones. En estos casos, la persona comprueba que el consumo de alcohol le produce mejoría, lo que acentúa las posibilidades de desarrollar una adicción.

**3. La adicción es un vicio:**

Las adicciones no son un vicio. Una persona dependiente de las drogas tiene una enfermedad real, con base en el cerebro pero con una expresión a nivel de conducta. Su consumo no se debe ni al vicio ni al placer, ni a la falta de voluntad. La adicción acaba produciéndose en el 10% de estas personas que consumen sustancias legales o ilegales, ya que tienen una vulnerabilidad cerebral que se manifiesta en determinados síntomas como ansiedad, depresión, hiperactividad, etc.

**4. Dejar de fumar genera ansiedad:**

El tabaco vehiculiza la nicotina, que actúa en el cerebro sobre los receptores de nicotina, produciendo distintos efectos. En algunas personas mejora la cognición, la hostilidad, la rabia, etc. En estos casos, existe una vulnerabilidad que lleva al consumo continuado de tabaco, derivando en una adicción, por lo que necesitarán un tratamiento que permita superar los síntomas sufridos antes de tener la adicción, así como los de la propia adicción al tabaco.



##### 5. Es adicto el que quiere:

Las personas vulnerables a desarrollar una adicción suelen presentar dificultades intra y/o interpersonales, y una conformación cerebral susceptible a ello. Dentro de este grupo de riesgo, hay que destacar a los adolescentes, cuyo desarrollo cerebral y emocional no es aún maduro, por lo que los efectos de las sustancias que consuman tendrán serias implicaciones en su desarrollo futuro. El adicto no elige serlo, no tiene libertad de elección.

##### 6. El Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) no existe:

El TDAH sí que existe. Se trata de una afección clínica que afecta a una parte de la población independientemente de la edad, desde niños (edad en la que comienza a manifestarse), hasta adultos. Se define como una alteración neurobiológica del cerebro que cuando no es detectada, puede llevar al desarrollo de depresión, adicciones a sustancias como cannabis, cocaína etc. y también a adicciones como juego patológico. En el caso de los menores conlleva, en muchas ocasiones, dificultades como falta de autoestima, fracaso escolar, conductas impulsivas y de alto riesgo, accidentes por distracción, etc. Si se aborda correctamente, estos riesgos disminuyen de forma muy clara.

##### 7. El que tiene una adicción es peligroso:

El que tienen una adicción no es necesariamente peligroso. Los rasgos de personalidad antisocial, psicopáticos o algunos síntomas agudos de trastornos mentales son los condicionantes que pueden poner en marcha, conductas agresivas. Es cierto que algunas veces, bajo los efectos de las sustancias, se distorsiona la realidad, lo que puede desencadenar conductas peligrosas. Aun así, el peligro de las adicciones está sobre todo en las personas que las sufren y no para los demás.

##### 8. Si estás mucho con el móvil eres un adicto:

No está demostrado que el móvil produzca una adicción. Es cierto que personas que presenten ciertos rasgos patológicos de personalidad que dificultan su funcionamiento emocional y sus relaciones sociales, sí pueden desarrollar una conducta que se parezca a una adicción, dependencia y pérdida de libertad debida al uso de este dispositivo. Un tratamiento adecuado para estos pacientes consigue que vivan sin esta dependencia al teléfono móvil.

##### 9. La adicción al juego no es una enfermedad mental:

La adicción al juego es una enfermedad mental. Así lo ha reconocido la Comunidad científica, definiéndola como una adicción. Esta alteración cerebral que cursa en general con impulsividad puede ser incluso adquirida en personas que antes no eran jugadores. Y dependiendo de su gravedad, las consecuencias para los enfermos son devastadoras y muy complicadas de abordar sin ayuda profesional.

##### 10. Las personas con enfermedad mental son todas adictas al tabaco:

Las personas que sufren enfermedades mentales y/o alteraciones cerebrales (como ansiedad, depresión, rabia, hostilidad) son más propensas a fumar tabaco en mayor cantidad, con más frecuencia e inhalar más profundamente. El



**Fundación**  
PATOLOGÍA DUAL  
SEPD



SECRETARÍA DE ESTADO  
DE SERVICIOS SOCIALES  
E IGUALDAD  
DELEGACIÓN DEL GOBIERNO  
PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS



sistema nervioso central tiene un sistema nicotínico endógeno que en estas personas está alterado y, por eso, se incrementan las posibilidades de fumar de forma adictiva. En estos casos, la fuerza de voluntad para dejar de fumar no es suficiente, necesitan ayuda profesional tanto para su trastorno mental como para su adicción al tabaco.

Para más información: [www.ytutelocrees.es](http://www.ytutelocrees.es) y [www.fundacionpatologiadual.org](http://www.fundacionpatologiadual.org)

 @Ytutelocrees y #ytutelocrees

### **Sobre la Fundación de Patología Dual**

Esta Fundación, vinculada a la SEPD, fue creada hace dos años, con objeto de volcar a los pacientes, sus familias y la sociedad en general todo el conocimiento científico en este campo. Asimismo, realiza actuaciones para difundir esta condición clínica, reducir el doble estigma y lograr la integración de diferentes grupos, asociaciones y profesionales nacionales e internacionales que trabajan en las diferentes áreas sociales de la patología dual. En último término, contribuye a mejorar la calidad de estos pacientes, sus familiares y su entorno.

[www.fundacionpatologiadual.org](http://www.fundacionpatologiadual.org)

### **FERMAD**

Plataforma Madrileña de Entidades Para la Asistencia a la Persona Adicta y su Familia. FERMAD es una Organización no gubernamental y sin ánimo de lucro, que trabajamos en el ámbito de las adicciones. Contamos con todo un equipo de profesionales (psicólogos/as, trabajadores sociales y abogados/as) especializados en adicciones, tanto en nuestra sede como en cualquiera de las Asociaciones que conforman esta Plataforma. Está integrada por 25 entidades con una finalidad común: buscar respuesta a las necesidades detectadas en el campo de las adicciones. En su origen, atendiendo las diversas adicciones a sustancias y, desde 2013, incluyendo la atención a las adicciones sociales, adaptándonos a una realidad emergente en la sociedad.

<http://www.fermad.org/>

### **Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA**

La Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, declarada de Utilidad Pública, es una entidad sin ánimo de lucro y de interés social que surgió en 1983. Su misión es defender los derechos de las personas con trastorno mental y sus familias, mejorar su calidad de vida y representar a nivel estatal al movimiento asociativo de personas con trastorno mental y familiares. Integra a 19 federaciones y asociaciones uniprovinciales, aúna a cerca de 300 entidades y cuenta con más de 47.000 socios y socias en todo el territorio nacional.

<https://consaludmental.org/>

Berbé Asociados – 91 563 23 00



Irene Fernández / Clara Compañé

661 67 82 83 / 697 55 99 61

[irenefernandez@berbes.com](mailto:irenefernandez@berbes.com) / [claracompaire@berbes.com](mailto:claracompaire@berbes.com)

@Berbes\_Asoc

