

Fortalezas del carácter en el tratamiento de los trastornos por consumo de sustancias psicoactivas

Lizeth Alonso-Matías¹

¹ CONACYT. Subdirección de Investigaciones Clínicas, Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, Calzada México Xochimilco 101, Col. San Lorenzo Huipulco, 14370 Ciudad de México, México.

* *Correspondencia:* Lizeth Alonso-Matías, Subdirección de Investigaciones Clínicas, Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz. Calzada México Xochimilco 101, Col. San Lorenzo Huipulco, 14370 Ciudad de México, México. Tel. +52 (55) 4152 - 5098. E-mail: neuropsic.liz@gmail.com

RESUMEN

La adicción es un padecimiento de salud complejo, el tratamiento no es simple, requiere de un abordaje desde múltiples perspectivas, la intervención psicológica desde una aproximación positiva ha cobrado relevancia por el impacto que tienen las fortalezas de carácter en la recuperación de diversas patologías incluido el uso problemático de drogas.

Palabras clave: Adicción, tratamiento, fortalezas de carácter, psicología positiva, hábito.

ABSTRACT

Addiction is a complex health condition, the treatment is not simple, it requires an approach from multiple scientific perspectives, psychological intervention from a positive approach has gained relevance due to the impact that strengths of character have on recovery of various pathologies including problematic use of drugs.

Keywords: Addiction, treatment, character strengths, positive psychology, habit.

La adicción es un problema de salud pública con gran predominio en la sociedad moderna, aproximadamente 275 millones de personas entre los 15 y 64 años han usado drogas en al menos una ocasión. De los cuales, 31 millones padecen algún trastorno derivado de ello, llegando a la necesidad de tratamiento ([United Nations Office on Drugs and Crime \[UNODC\], 2018](#)). Este trastorno ampliamente estudiado exhibe diversos mecanismos etiológicos, entre ellos factores genéticos, biológicos, de personalidad, procesos de aprendizaje, influencias culturales y de interacción social ([Koob & Volkow, 2010](#)). Al ser un padecimiento complejo el tratamiento no es simple, requiere de un abordaje desde múltiples perspectivas científicas ([Bobes-Bascarán et al., 2019](#)).

Los programas de intervención suelen incorporar diversos componentes. El esquema habitual incluye una intervención farmacológica, psicológica o la combinación de ambas. El tratamiento psicológico, ya sean terapias individuales o grupales, con enfoque conductual, cognitivo-conductual y manejo de contingencias, se encuentran en los primeros lugares de preferencia. Hasta el momento, los enfoques psicológicos populares continúan con resultados a largo plazo parciales requiriendo mayor investigación

([National Institute on Drug Abuse, 2018a; 2018b](#)). Las intervenciones centradas en la sintomatología permiten inicialmente cambios en el comportamiento de los usuarios, sin embargo, estos cambios en contables ocasiones no se mantienen por tiempos prolongados, las tasas de recaídas son frecuentes, requiriendo cuidados a largo plazo o ciclos repetidos de tratamiento para lograr la meta de abstinencia sostenida. Es innegable que estos retrocesos en la recuperación puedan deberse en mayor o menor grado a la tolerancia que la sustancia produce, pero también a las disposiciones internas que se consolidan distorsionando el razonamiento de la persona adicta. Es por esto, que la curación puede no llegar a ser auténtica si solo se trabaja psicológicamente con la condición estrictamente sintomatológica o desde un enfoque únicamente conductual.

Actualmente, la intervención psicológica desde una aproximación positiva ha cobrado relevancia por el impacto que tienen las fortalezas de carácter en la recuperación de diversas patologías ([Chida & Steptoe, 2008; Browne et al., 2018; Tehranchi et al., 2018; Lai et al., 2019](#)) incluido el uso problemático de drogas ([Logan et al., 2010; Akhtar & Boniwell, 2010](#)).

Las fortalezas de carácter son definidas como instancias de las virtudes, son rasgos positivos que la persona posee y que se reflejan en pensamientos, sentimientos y comportamientos, son estables, existen en grados y pueden medirse como diferencias individuales (Park et al., 2004). Esta teoría está claramente inspirada en la concepción aristotélica de la virtud (Echavarría, 2016), es por ello que, al hablar de fortalezas del carácter, estas se entienden con mayor profundidad a la luz de la noción de hábito (Hampson, 2012). La virtud es un hábito, es decir, una disposición estable del carácter, indispensable para el fortalecimiento de la personalidad y clave para el equilibrio psíquico y vía preventiva del desequilibrio. Su adquisición, en el nivel cognitivo, es un proceso que requiere tiempo y experiencia, que depende principalmente de la enseñanza.

En el caso de la adicción, las disposiciones de los usuarios pueden estar promovidas por la carencia de adecuados hábitos que se van configurando en las primeras experiencias de la infancia, aunado a las disposiciones naturales (propias del temperamento) que llevan a una mayor inclinación por el consumo de drogas. Teniendo en cuenta este aspecto, el trabajo terapéutico estaría encaminado a la readquisición de las fortalezas de carácter que ya habían estado presentes en la vida de la persona, para que vuelva a encontrar el sentido (Pagano et al., 2011). Además de inscribir una serie de prioridades y objetivos vitales, que permitan a los consumidores trabajar en comunidad para conseguir superar los obstáculos que aparecen a lo largo del tratamiento, adquirir apoyo y acompañamiento para poder ir recuperando un estilo de vida adecuado.

El desarrollo de las fortalezas de carácter permite ampliar y profundizar el enfoque en la recuperación despatologizada de la adicción, liberado el sesgo del aspecto únicamente orgánico. La auténtica curación debe incluir un trabajo integral de la persona orientado a fortalecerla. No sólo dotándolo de capacidad de autocontrol, sino, generando en el usuario el deseo y esperanza de crecimiento personal, a partir del conocimiento de aquellas fortalezas y certezas que tiene en su vida. Todo ello para alcanzar la salud, que es el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de la enfermedad física (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2014).

No obstante, la intervención psicológica no debe caer en el olvido del complejo estado en el que se encuentran los usuarios de drogas, se debe considerar la realidad en su conjunto. Por ello, el tratamiento centrado en una única fuerza del carácter no tiene sentido si no se sitúa en un marco amplio donde se integre la comprensión de las causas que han llevado a esa persona al consumo y/o a la dependencia, así como al descubrimiento de las fuerzas que el sujeto mantiene activas y al fortalecimiento de una relación terapéutica adecuada. Finalmente, la magnitud del problema de drogas, demanda del conocimiento de novedosas y eficaces opciones de tratamiento psicológico, como el enfocado en las fortalezas del carácter.

Conflicto de intereses

El autor declara no tener conflicto de intereses.

REFERENCIAS

- Akhtar, M., & Boniwell, I. (2010). Applying positive psychology to alcohol-misusing adolescents: A group intervention. *Groupwork: An Interdisciplinary Journal for Working with Groups*, 20(3), 6-31. <http://dx.doi.org/10.1921/095182410X576831>
- Bobes-Bascarán, M., Flórez, G., Seijo, P., & Bobes-García, J. (2019). ¿Mejora la CIE-11 los propósitos epidemiológicos y nosológicos de los Trastornos mentales, del comportamiento y del desarrollo? *Adicciones*, 31(3), 183-188. <https://doi.org/10.20882/adicciones.1368>
- Browne, J., Estroff, S., Ludwig, K., Merritt, C., Meyer-Kalos, P., Mueser, K., Gottlieb, J., & Penn, D. (2018). Character strengths of individuals with first episode psychosis in Individual Resiliency Training. *Schizophrenia Research*, 195, 448-454. <http://dx.doi.org/10.1016/j.schres.2017.09.036>
- Chida, Y., & Steptoe, A. (2008). Positive psychological well-being and mortality: a quantitative review of prospective observational studies. *Psychosomatic Medicine*, 70(7), 741-56. <http://dx.doi.org/10.1097/PSY.0b013e31818105ba>
- Echavarría, M. (2016). *Carácter, eudaimonía y libre arbitrio. Actualidad de la ética de la virtud en la psicología. En La filosofía hoy: en la academia y en la vida* (1a Ed., pp. 223-239). Ediciones Universidad de Navarra, S.A. [EUNSA].
- Hampson, P. (2012). The role of habitus in christian moral psychology. *Edification Journal*, 6, 5-18.
- Koob, G., & Volkow, N. (2010). Neurocircuitry of addiction. *Neuropsychopharmacology*, 35(1), 217-238. <http://dx.doi.org/10.1038/npp.2009.110>
- Lai, S., Lim, K., Low, W., & Tang, V. (2019). Positive psychological interventions for neurological disorders: A systematic review. *The Clinical Neuropsychologist*, 33(3), 490-518. <http://dx.doi.org/10.1080/13854046.2018.1489562>
- Logan, D., Kilmer, J., & Marlatt, G. (2010). The Virtuous Drinker: Character Virtues as Correlates and Moderators of College Student Drinking and Consequences. *Journal of American College Health*, 58(4), 317-324. <http://dx.doi.org/10.1080/07448480903380326>
- National Institute on Drug Abuse. (2018a). *Principles of Drug Addiction Treatment: A Research-Based Guide (3rd Ed.)*. Disponible en <https://archives.nida.nih.gov/publications/principles-drug-addiction-treatment-research-based-guide-third-edition>
- National Institute on Drug Abuse. (2018b). *Commonly Abused Drugs*. Disponible en https://www.courts.ca.gov/documents/BTB_XXII_WEDI_2.pdf
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2014). *Documentos Básicos. Constitución de la Organización Mundial de la Salud (48 Ed.)*. Italia: Organización Mundial de la Salud. Disponible en <https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd48/basic-documents-48th-edition-sp.pdf> - Fecha acceso 30/09/2019
- Pagano, M., Post, S., & Johnson, S. (2011). Alcoholics Anonymous-related helping and the helper therapy principle. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 29(1), 23-34. <http://dx.doi.org/10.1080/07347324.2011.538320>
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.23.5.603.50748>
- Tehranchi, A., Neshat Doost, H., Amiri, S., & Power, M. (2018). The Role of Character Strengths in Depression: A Structural Equation Model. *Frontiers in Psychology*, 9, 1609, 1-11. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01609>
- United Nations Office on Drugs and Crime [UNODC]. (2018). *World Drug Report 2018*. United Nations Publication, Sales No. E.18.XL9. Disponible en https://www.unodc.org/wdr2018/prelaunch/WDR18_Booklet_1_EXSUM.pdf - Fecha acceso 30/09/2019