



Entre un 40 a 60% de las personas que han acabado un tratamiento por adicciones pueden sufrir alguna caída o recaída.

Enrique Echeburúa, catedrático de Psicología Clínica de la Universidad del País Vasco UPV/EHU imparte este lunes una charla sobre cómo prevenir las recaídas en las adicciones.

El encuentro será a las 19:30h. en la sede de AERGI con aforo reducido por la situación actual de la pandemia, pero podrá seguirse también de forma online a través de la página web de la asociación: www.aergi.es.

Las caídas y recaídas son más frecuentes durante el primer año después del tratamiento.

Prevención de las recaídas en las adicciones es el tema escogido por Enrique Echeburúa, catedrático de Psicología Clínica de la Universidad del País Vasco UPV/EHU para una nueva cita del ciclo Aula Abierta que la Asociación de Alcohólicos y Adictos en Rehabilitación Gipuzkoa (AERGI) celebra este próximo lunes. La cita es a las 19:30 horas en la sede de la asociación, con aforo muy reducido debido a la situación actual, pero que podrá también seguirse, en directo y en *streaming*, desde la propia la web: www.aergi.es.

Tomar de nuevo el control de tu vida

En la charla de este lunes Echeburúa intentará exponer cómo poder prevenir una caída o recaída en la vida de una persona adicta que, en su día, decidió tomar de nuevo el control de su vida acudiendo a un tratamiento. Los tratamientos son efectivos para la mayor parte de la población, pero hay un gran porcentaje de esta que está fuera de los circuitos terapéuticos. En este sentido, Enrique asegura que muchas personas adictas no buscan ayuda por la estigmatización y el rechazo social que suponen. Un ejemplo de ello es el alcohol. Se calcula que entre el 60 y el 80% de la población afectada no reconoce que tiene problemas con la bebida. Consideran que no tienen problemas y no se ponen en tratamiento.

La abstinencia, parte clave en la recuperación

El objetivo terapéutico de un tratamiento es principalmente la abstinencia. La persona adicta tratada no debe entrar en contacto con la sustancia que ha consumido porque volvería a la situación del principio, echando por tierra la terapia realizada. Hay que tener en cuenta que dicha persona ha podido estar consumiendo durante mucho tiempo, por lo que ya forma parte de sus hábitos



de conducta. El escenario que le rodea no ayuda, por lo que las tentaciones que esa persona tiene para recaer son muy altas.

No existe un dato claro en cantidad, pero las personas necesitadas de ayuda que rechazan acudir a un tratamiento o lo abandonan en un breve espacio de tiempo representan un alto porcentaje. Las caídas y recaídas son más frecuentes durante el primer año después del tratamiento por lo que el tiempo corre a favor del adicto.

Diferencia entre caída y recaída

Enrique Echeburúa también pretende dejar claro en el aula lo que se entiende por caída o recaída. No es lo mismo, ya que una caída es el momento en el que una persona tratada consume de forma breve en una circunstancia dada, pero vuelve rápidamente a la abstinencia. Un ejemplo está en alguna ocasión o celebración en la que el pensamiento pasa por la mítica frase de “una vez no me va a hacer daño”. En este sentido las personas más jóvenes son las más proclives a tener caídas debido a una mayor actividad social. En el momento que eso ocurra, la persona adicta deberá pedir ayuda inmediatamente. Si no está cerca su terapeuta, debe acudir rápidamente a sus familiares o personas más próximas para que esta caída no se transforme en una recaída, ya que esto sería más grave pues la recaída se entiende que es cuando el consumo de la persona vuelve a etapas anteriores del tratamiento. Aproximadamente un 60% de las personas que han acabado el tratamiento pueden tener alguna caída o recaída.

El papel importante de las asociaciones

Enrique Echeburúa destaca el papel que juegan las asociaciones como AERGI. Tienen la ventaja de que hacen el seguimiento de la persona muy prolongado en el tiempo, con encuentros varias veces a la semana. Son reuniones muy frecuentes y, lo que es más importante, son programadas a horas de mucho riesgo para una persona exconsumidora. A todo esto, hay que sumar un alto nivel de apoyo por lo que sirven para consolidar las conductas de abstinencia y orientar a las personas afectadas hacia un nuevo estilo de vida.

Acerca de Enrique Echeburúa

Enrique Echeburúa (San Sebastián, 1951) es catedrático de Psicología Clínica en la Universidad del País Vasco (UPV/EHU) y académico de número de Jakiunde (Academia Vasca de las Ciencias, Artes y Letras). Miembro cofundador del Instituto Vasco de Criminología, ha sido presidente de la Sociedad Vasca de Victimología y coordinador de la Estrategia de Salud Mental del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (2013-2015).

Ha puesto en marcha programas específicos de tratamiento para víctimas de agresiones sexuales y de violencia machista, así como para hombres que



maltratan, y ha creado instrumentos de medida en estos ámbitos, especialmente para la evaluación del riesgo de violencia contra la pareja y del trastorno de estrés postraumático en víctimas de delitos violentos.

Sus líneas actuales de investigación se centran en la violencia sexual y contra la pareja y en las adicciones comportamentales (trastorno del juego y adicción a las redes sociales). Actualmente es el director del Grupo de Investigación en Psicología Clínica y de la Salud de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU). Ha sido galardonado recientemente con el Premio Euskadi de Investigación en Ciencias Sociales 2017 por su trayectoria científica e investigadora.

Charla: Prevención de las recaídas en las adicciones

Día: Lunes, 5 de julio

Hora: 19:30h.

Lugar: Sede AERG, Antxota Kalea, 1 (Lasarte-Oria) y en www.aergi.es

Contacto de prensa

Para ampliar información pueden dirigirse a: prensa@comunicamelo.es o al teléfono 609491422 (Martín).