

EL RINCÓN DE...

APAEX ELCHE

REVISTA MENSUAL
Nº 31 Noviembre 2018



Foto: Ponentes en las jornadas 2018.

XXXIV Jornadas de APAEX Elche

Las jornadas, tituladas “Neurociencia y adicción”, se centraron en los aspectos físicos de las adicciones alcohólicas

Como cada año, APAEX Elche volvió a organizar las jornadas sobre adicciones. Este año, se celebraron los pasados 23 y 24 de noviembre, ya en su XXXIV edición. El tema a tratar es la neurociencia, es decir, cómo el funcionamiento físico del cerebro nos lleva a las adicciones. Además de las charlas, se realizaron los ya clásicos testimonios de usuarios de APAEX que quieren dar público conocimiento de su experiencia.

El cerebro y el alcohol

Las charlas de este año inciden en la parte física de la adicción, ¿por qué el cerebro nos quiere esclavizar a una sustancia?



Foto: Bartolomé Pérez Gálvez en las jornadas.

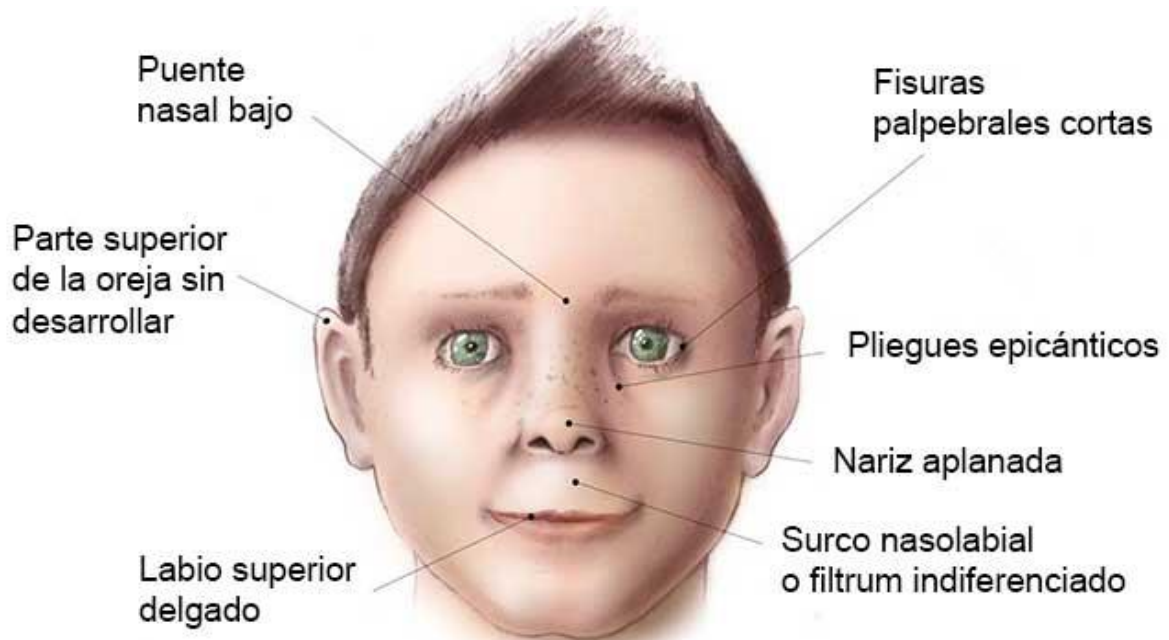
En los dos días que duraron las ponencias, los temas fueron enormemente variados. En primer lugar, Gemma Prieto, médico forense de la Universidad de Murcia, explica algunos conceptos básicos. Prieto contempla esta primera ponencia como una introducción que nos ayude a entender el resto de ponencias. Explica cómo evolucionamos. Cómo nuestro cerebro es grande (pesa 1,2 kg de media), pero no es el tamaño lo que importa, ya que las ballenas tienen un cerebro de 7 kg y no son tan inteligentes. La clave, según la ponente, es el desarrollo de nuestra corteza cerebral, única en el reino animal.

según Gemma Prieto, la etapa más crítica es la adolescencia, ya que es donde las neuronas crean las conexiones más vitales y más afectan factores ambientales al desarrollo. La médico legal ofrece varias situaciones de riesgo que pueden afectar negativamente al desarrollo

cerebral en esta etapa: la alimentación (crucial una gran cantidad de hierro y proteínas), el ambiente, las privaciones psicosociales (donde el amor y el cariño de los padres son claves para el desarrollo. La falta de dopamina, creada por relaciones de afecto, reduce el desarrollo de sustancia blanca cerebral), el maltrato (el estrés genera una sobreexcitación que da graves problemas de memorización) y la pobreza. Según Gemma Prieto, los factores de prevención no hay que darlos en la adolescencia, sino ya desde una edad tan temprana como los seis años, debido a que en la etapa adolescente existe demasiada confusión como para asegurar que el niño “hará caso” de los consejos si no han sido asimilados con anterioridad. Así, Prieto recomienda dar talleres familiares antes de que el niño cumpla seis años sobre educación alimentaria, mejora de relaciones sociales y familiares, talleres de aprender a mantener una discusión razonada y de reducción de estrés.

El síndrome de alcohol fetal, desamores y depresiones: factores de alcoholismo

Las siguientes ponencias dan una visión más centrada en aspectos específicos cerebrales de las adicciones, especialmente el alcohol



SAF

Foto: imagen de síntomas de síndrome alcohólico fetal.

A continuación, la siguiente ponencia, que trata del Síndrome Alcohólico Fetal, fue conducida por Blanca García Torres, neuropsicóloga de la conserjería de sanidad de la Región de Murcia. El síndrome alcohólico fetal, también conocido por sus siglas SAF, es una de las enfermedades más desconocidas que afectan al crecimiento neuronal y físico del feto, aunque irónicamente es la más fácil de prevenir: no beber alcohol durante el embarazo.

Los niños aquejados de SAF suelen tener grandes problemas debido a su desarrollo cerebral, especialmente dificultad para el pensamiento abstracto. Esto suele dar elementos como incapacidad de predecir el futuro, lo que implica en su adultez poca capacidad para juzgar adecuadamente riesgos y ventajas, mantenimiento del dinero e incapacidad de ahorro, etc. También presentan un fuerte déficit de atención, que puede ocasionar incapacidad para entender cosas

relativamente sencillas porque no pueden seguir el hilo de una conversación.

Claudia Boix, doctora en medicina interna del hospital de San Juan e investigadora del CSIC, ofreció en la siguiente conferencia las claves cerebrales de la adicción. ¿Por qué una persona se vuelve adicta? ¿Cómo cambia su cerebro?

En primer lugar, hay muchos elementos a tener en cuenta. Factores genéticos, ambientales, orgánicos, psicológicos... Sin embargo, lo primario es probar la sustancia. No importa la predisposición siempre y cuando no haya contacto con la sustancia, lo cual es importante y se olvida muchas veces. Sin embargo, la doctora Boix es clara: el factor determinante e inicial es el consumo, si bien simplemente probar el alcohol no lo hace a uno adicto, sino que es necesario un factor de riesgo. Estos factores de riesgo pueden ser psicológicos: un desamor, problemas familiares, depresión, etc. Pero también físicos, como una predisposición genética.

Tablón de anuncios



Recuerda que tenemos gran cantidad de actividades para ti:

- Talleres
- Charlas
- Actividades
- Voluntariado

Estate atento a los anuncios de la web,
Infórmate en la sede de APAEX
O comunícate con nosotros vía email

La sede de **APAEX Elche** se encuentra en C\ Doctor Sapena nº 65 CP 03204

Síguenos en las redes: Facebook *Cambios que curan*
Twitter @apaex_elche
Blog apaaxelche.wordpress.com
Web apaaxelche.com
Email infoapaaxelche@gmail.com

