El importante de papel de las familias en el tratamiento de los trastornos por uso de sustancias



El trastorno por uso de sustancias (SUD, *Substances Use Disorder*) representa una problemática de salud pública que no solo afecta a la persona que consume, sino que genera consecuencias devastadoras en su núcleo familiar. Las familias se convierten en testigos directos de la evolución de la adicción y, a menudo, en los principales cuidadores, lo que les expone a una amplia gama de problemas emocionales, físicos, sociales y económicos (Di Sarno et al., 2021). Comprender estas repercusiones resulta

esencial para plantear intervenciones efectivas que consideren a la familia como un agente activo en el proceso de rehabilitación.

Durante años, los miembros de familias afectadas (AFM, *Affected Family Members*) por un SUD se han visto como fuente del problema y no como parte afectada. No obstante, al comprobarse la eficacia de introducir a las familias en la terapia, se han empezado a considerar las características y dificultades que presentan los AFM. Así, en primer lugar, se ha analizado la composición de las AFM de los adictos que acuden a tratamiento, evidenciándose que en una gran mayoría lo conforman mujeres de bajo nivel socioeconómico (Di Sarno et al., 2021).

Con respecto a su salud mental, diversas investigaciones han comprobado que los AFM por un SUD experimentan altos niveles de estrés, ansiedad y depresión, principalmente debido a la carga emocional que implica convivir con un familiar adicto (Di Sarno et al., 2021). Este impacto psicológico frecuentemente se acompaña de síntomas físicos como insomnio, fatiga crónica y enfermedades psicosomáticas. Al mismo tiempo son las mujeres, en especial madres y esposas, y las familias con bajos recursos económicos los grupos más vulnerables a estos efectos adversos (Sharma et al., 2019).

El estigma social constituye otro factor que agrava la situación de estas familias. El rechazo y la discriminación por parte de la comunidad generan un aislamiento progresivo, dificultando la búsqueda de apoyo externo y profundizando la sensación de desesperanza (Jacobs & Strumpher, 2024). En muchos casos, este aislamiento puede propiciar dinámicas familiares disfuncionales, caracterizadas por conflictos recurrentes, pérdida de roles y, en situaciones extremas, violencia doméstica.

En el ámbito de la función familiar, se subraya la importancia de factores como la comunicación y el control conductual para el bienestar de los AFM. Las familias con una estructura más cohesionada y con hábitos saludables, como la práctica de ejercicio físico, presentan una mayor capacidad de adaptación a las crisis generadas por el consumo de sustancias (Liu et al., 2020). Así, el papel de la resiliencia familiar es un recurso esencial para enfrentar la adversidad (Kusumawaty et al., 2021). Muchas

familias, a través de la espiritualidad, la aceptación y la búsqueda de apoyo social, logran encontrar un sentido de propósito que les permite resistir el impacto de la adicción. Sin embargo, no todas las familias cuentan con los recursos necesarios para desarrollar esta resiliencia, lo que evidencia la necesidad de intervenciones externas.

Se ha demostrado que la implicación activa de la familia en los programas de tratamiento no solo favorece la recuperación de la persona con SUD, sino que también mejora el bienestar general del núcleo familiar, previniendo recaídas y fortaleciendo las relaciones (Jacobs y Strumpher, 2024).

Los trastornos por uso de sustancias afectan de forma integral la salud física, emocional y social de las familias, comprometiendo su estabilidad y calidad de vida. Reconocerlas como sujetos de atención prioritaria es esencial para mitigar los efectos de la adicción y promover la recuperación tanto del individuo como de su entorno. Las intervenciones familiares deben ser incluidas sistemáticamente en los programas de salud pública como una estrategia fundamental para abordar la problemática de las adicciones de manera holística.

Referencias

Di Sarno, M., De Candia, V., Rancati, F., Madeddu, F., Calati, R., & Di Pierro, R. (2021). Mental and physical health in family members of substance users: A scoping review. *Drug and Alcohol Dependence*, 219, 108439. https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2020.108439

Jacobs, R., & Strumpher, J. (2024). The family and substance abuser in the mental health institution environment. *Health SA Gesondheid*, 29, a2520. https://doi.org/10.4102/hsag.v29i0.2520

Kusumawaty, I., Yunike, J., & Rehana, J. (2021). Family resilience in caring for drug addiction. *Gaceta Sanitaria*, 35(S2), S491–S494. https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.079

Liu, J., McDonough, D. J., Wang, Y., Zhou, Y., & Gao, Z. (2020). Investigating the associations among drug dependents' family function and exercise attitudes: Marital status differences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 8111. https://doi.org/10.3390/ijerph17218111

Sharma, A., Sharma, A., Gupta, S., & Thapar, S. (2019). Study of family burden in substance dependence: A tertiary care hospital-based study. Indian journal of psychiatry, 61(2), 131–138. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_123_15