
Signos de adicción: consumo social

No todas las personas que se toman un trago o prueban una droga tienen problemas de abuso de sustancias. Pero en algunas personas, lo que comienza siendo un uso social puede llevar al abuso y luego a la adicción. A esto se lo llama trastorno por consumo de sustancias. Hay quienes pueden tomarse un trago o consumir otra sustancia y luego parar. No vuelven a pensar en beber o consumir la droga por cierto tiempo. Para algunos, estas ocasiones no llevarán a un consumo más frecuente. Pero para otros podría ser que sí.

Puede tomarlo o dejarlo

- Toma un trago en una fiesta o un vaso de vino con la comida.
- Probó una droga ilegal varias veces. Pero no le interesa consumirla una y otra vez.
- Toma los medicamentos solo cuando hace falta y según le hayan indicado.
- No piensa en que le gustaría consumir de nuevo ni planea la próxima oportunidad de consumirla.

Consumir sigue siendo una opción

Quien tiene un consumo social puede optar por decir que "sí" o que "no" en cualquier momento. Puede controlar su consumo de sustancias. Considere las siguientes afirmaciones:

- Puedo dejar un trago sin terminarlo.
- Puedo divertirme en un evento social sin tener que recurrir al alcohol o a las drogas.
- Puedo abstenerme de consumir y de pensar que voy a hacerlo.

Si usted tiene estas características, lo más probable es que sea un consumidor social. Pero pregúntese: ¿seguro que puede tomarlo o dejarlo? Intente ejercer su control por unas semanas o incluso un mes. Si se le dificulta o simplemente no lo puede lograr, tal vez necesite reevaluar su manera de consumir.

Es importante saber que los trastornos por consumo de sustancias se consideran afecciones médicas complejas y tratables. Las intervenciones actuales de prevención y tratamiento para los trastornos por consumo de sustancias son tan exitosas como las que se usan para otras afecciones crónicas.