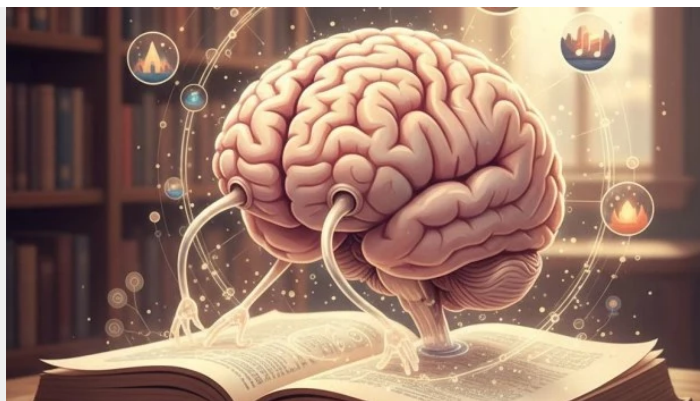


RESERVA COGNITIVA: LA RESISTENCIA FRENTE A LA AGRESIÓN DE LAS DROGAS

Posted on octubre 21, 2025 by Administrador



Categories: [Default Humanistico](#), [Diario lLa Prensa](#)



- Por Juan Alberto Yaría
- 19.10.2025

Hoy nos enfrentamos ante la disyuntiva clínica de tratar pacientes con un consumo crónico de drogas y alcohol; muchos de ellos con mas de 20 años de ingesta. Todo esto va unido a patologías psiquiátricas concomitantes como pueden ser cuadros maniacos-depresivos, esquizofrenia con delirios y alucinaciones y / o psicopatías con conductas perversas.

A su vez nos encontramos con cuadros orgánicos que lindando con la clínica médica superando valores normales en pruebas de laboratorio que denotan un deterioro de distintas funciones que pueden culminar con la muerte del paciente.

La cocaína por ejemplo hoy genera además de trastornos psiquiátricos y una conducta compulsiva irrefrenable una alteración de distintas enzimas que afectan músculos esqueléticos, el corazón y el cerebro.

Recuerdo un paciente que luego de un consumo voraz de cocaína se presento ante nosotros con una enzima (CPK) cuyo valor normal es de 50 a 200. El joven llego con un CPK que superaba en miles ese nivel y era un milagro que estuviera frente a nosotros presentándose adormilado con su orina era *café puro*, con dolores musculares intensos que le impedían caminar, pero indudablemente en el latía una esperanza de rehabilitación y una confianza en el equipo tratante luego de una recaída. Rápidamente lo trasladamos a un servicio de terapia intensiva y se salvó su vida por un *milagro* y la pronta acción médica.

Había viajado mas de 400 kms. solo en un micro para vernos y luego tomar un taxi hasta llegar a nuestro centro. Estaba hipertérmico, casi convulsionando, deshidratado y con riesgo renales por fallas en los riñones que podían ser mortales.

Hoy , mientras tanto, camina por las calles liberado de la compulsión mortífera y se está recuperando de esta afección orgánica.

TRES CLAVES

Hay tres elementos claves para una recuperación: **1) El vínculo que logramos con el paciente que le permita abrir una esperanza de rehabilitación.**

2) Tener garantes familiares que sostengan los momentos difíciles del tratamiento y puedan establecer una alianza con el equipo terapéutico.

3) La reserva cognitiva que ahora trataremos de describir.

La respuesta a los tratamientos responde a un factor clave que es la *reserva cognitiva* que tiene un paciente y a ésta la podemos definir como la capacidad del cerebro para resistir y compensar daños dependiendo de varios factores: nivel educativo y cultural y manejo de idiomas , formarse en oficios, etc; cuantos más años de educación y mas aprendizaje a lo largo de la vida hay mayor reserva

cognitiva; estimulación intelectual sostenida: leer, escribir, debatir , tocar instrumentos, juegos de ajedrez que activan todas las zonas vitales del cerebro que estaban hipofuncionando; actividad física constante en su historia vital ya que la actividad aeróbica mejora el flujo sanguíneo cerebral y la producción de factores protectores de la neuroplasticidad como por ejemplo correr, bailar, caminar ,nadar ,etc; actividad social que estimula los sistemas de placer naturales (amor, deportes, etc); estilo de vida que en algún momento de la vida fue saludable; buena nutrición y sueño nocturno: recuperar el ciclo circadiano perdido durante la adicción y aprovechar la noche para dormir y el día para las actividades.

En los tratamientos se debe impulsar reconstruir las reservas cognitivas perdidas por el consumo crónico.

Esto puede funcionar como un reservorio que permite una rehabilitación mas probable a pesar de ciertas alteraciones cerebrales ocasionadas por el consumo y prevenir las recaídas en el consumo.

En el contexto de la enfermedad adictiva tener reservas cognitivas" significa que el cerebro y el sistema psíquico dispone de recursos que le permiten amortiguar los efectos neurotóxicos y disfuncionales de las sustancias.

LA RESISTENCIA

La reserva cognitiva parece ser la resistencia funcional frente a la agresión de las drogas.

Es la capacidad dinámica que depende de la educación previa, el entrenamiento intelectual, la actividad social, el nivel cultural y la actividad física realizada (el cerebro necesita oxígeno y no tóxicos).

Las personas con mayor reserva cognitiva demoran la aparición del deterioro cognitivo, muestran una mejor recuperación ante la abstinencia y en el tratamiento mantienen mas capacidad de juicio y autocontrol.

La reserva cognitiva protege y compensa parcialmente los daños producidos por las drogas permitiendo una mejor adaptación, juicio y recuperación.

ALTERACIONES

Las alteraciones cerebrales que ocasiona el consumo de drogas y alcohol afectan diversas regiones vitales para el funcionamiento saludable. Entre otras podemos citar:

* La corteza prefrontal cuya función principal es el autocontrol de impulsos, la toma de decisiones y la memoria de trabajo y el circuito atencional y de memoria generándose en la persona afectada una gran impulsividad y imposibilidad de planificar y sostener actividades.

* La llamada en el cerebro zona del hipocampo que tiene que ver con la memoria y el aprendizaje y los daños se evidencian en amnesias y pérdida de voluntad.

* Afectación del sistema dopaminérgico que tiene que ver con la voluntad y la pérdida de la

motivación y por eso se habla de secuestro motivacional y la persona se encuentra imposibilitada de los placeres naturales que surgen del amor, los deportes, las amistades entrando así en una abulia y apatía si no están en consumo.

* Otras áreas del cerebro que al dañarse impiden analizar la consecuencia de los actos quedando el sujeto encadenado a compulsiones, desinhibiciones y lentitud cognitiva.

Las drogas y el alcohol aceleran el desgaste del sistema psicológico y nervioso sin embargo la mencionada reserva cognitiva puede ayudar a mitigar y amortiguar los efectos de ese daño permitiendo un menor deterioro cognitivo lo cual se comprueba en pruebas de rendimiento o tests neuropsicológicos comparando poblaciones con baja reserva cognitiva (pobreza educativa, aislamiento social y traumas infantiles severos) en relación con otros con mayor reserva cognitiva.

Los tratamientos en la actualidad buscan estimular la reserva cognitiva a través de la educación, continuación de estudios primarios o secundarios abandonados, actividad física continuada, arte, lectura, meditación, yoga, aprendizaje de nuevas habilidades. Todo esto puede mejorar la respuesta terapéutica.

Juan Alberto Yaría

* Director general de Gradiva - Rehabilitación en adicciones

