

DROGAS: CEREBRO Y SALUD MENTAL

Posted on octubre 28, 2025 by Administrador



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



Por Juan Alberto Yaría

27.10.2025

Jorge en sus casi 30 años vive en la cultura frenética en donde se unen las drogas estimulantes junto al juego, la compra-venta de dólares, las monedas digitales, sexo descontrolado y amenazas de muerte de prestamistas. Todos bailan al vaivén de su frenesí; ya sea padres, hermanos o primos.

Es el típico paciente de hoy en donde el deterioro cerebral permanente agudizado por la compulsión cocaínica se une a una cultura de la hiperestimulación y de la velocidad sin pensamiento, alterando el circuito metabólico-energético cerebral.

Hoy muchos neurocientíficos definen la vida cerebral como un entorno energético simbólico (cultura, educación, crianza, estilo de vida, etc).

Biología y cultura son dos niveles inseparables del cerebro humano. La cultura, el estilo de vida y la educación modulan la energía cerebral. La cultura proporciona significados, valores y prácticas que organizan la atención, la motivación y la vida emocional. La educación aumenta la reserva cognitiva (barrera contra el daño cerebral) o sea la capacidad de usar la energía neuronal de modo más flexibles frente a lesiones y/o envejecimiento.

BANALIZACION DEL CONSUMO

La banalización del consumo de drogas en nuestra sociedad alimenta aún más esta cultura del frenesí dañando circuitos cerebrales claves (lóbulo prefrontal y parietal) asociados a la reflexión y la empatía. Mientras tanto vivimos en una cultura que hipervaloriza la hiperestimulación y el consumo activa los sistemas de placer inmediatos. Luego la compulsión hará su tarea y como me decía un paciente vivimos permanentemente en "automático". La compulsión hace del ser libre un esclavo y así como me decía un paciente nos "convertimos en monstruos; ahora que estoy consciente me digo ¿este era yo?".

ESTILOS DE VIDA Y SALUD MENTAL

¿Qué encontramos en pacientes de varios años de consumo? ...precisamente estilos de vida que fomentan una mayor compulsión adictiva y entre estos podemos citar:

- A) Falta de una alimentación equilibrada con lo cual no pueden mantener un flujo estable de glucosa y oxígeno que son claves en la energía cerebral.
- B) Escasa actividad física: con obesidad manifiesta y déficit de oxigenación que dificulta la perfusión cerebral y la biogénesis.
- C) Sueño alterado: vivir de noche y dormir de día o estar varios días sin dormir bajo el influjo de drogas estimulantes aumentando el stress oxidativo del sistema nervioso con lo cual se altera la necesaria limpieza metabólica.

D) Vida con un stress crónico acelerado todo esto por el consumo de drogas: el stress oxidativo aumenta los niveles de cortisol reduciendo la energía neuronal y esto daña zonas claves de la vida cerebral afectando la memoria y el aprendizaje como también el autocontrol y la toma de decisiones llevando a un aumento de la ansiedad, la irritabilidad y el miedo. Así vive el sujeto en un estado de "alarma permanente".

E) El aumento de glucosa lleva a aumentar también la grasa abdominal, la disminución de las defensas inmunológicas que favorecen infecciones y la fatiga que se asocia a depresiones.

F) El colapso final es el agotamiento y el cerebro pierde su capacidad de respuesta adaptativa.

CONSECUENCIAS

El metabolismo cerebral se altera con el consumo de drogas y alcohol provocando un consumo energético excesivo en áreas cerebrales del sistema del placer llamado sistema de recompensa interesando zonas vitales denominadas núcleo accumbens, corteza prefrontal y amígdala.

Con el tiempo surgen en estas áreas del cerebro un hipometabolismo (menor uso de glucosa) lo que se traduce en pautas conductuales en donde priman la apatía, la falta de motivación y el deterioro cognitivo y conductual. Todos estos fenómenos generan lo que se denomina un stress oxidativo en donde se alteran las conexiones neuronales y existe la imposibilidad de reparar daños.

Todo esto lleva a un "secuestro motivacional" que empuja a la búsqueda de más drogas para mantener un placer que cada vez se aleja más y entonces se necesitan más dosis.

La esclavitud de la compulsión ya está ahí dominando al sujeto y transformándolo en un objeto o sea un "nadie" que vaga buscando desesperadamente más sustancias.

El juicio de realidad, la empatía, el autocontrol y el aprendizaje quedan a un costado y la sordera de los que oyen y la ceguera de los que ven se imponen.

En el cerebro adicto o enfermo la energía se malgasta o se reduce y los sistemas de control se reducen a la mínima expresión. Se alteran las regulaciones de la barrera hematoencefálica que protege al sistema nervioso desregulando los dos combustibles necesarios para el funcionamiento cerebral: la glucosa y el oxígeno.

En el cerebro sano la energía sostiene el pensamiento, la motivación y la conciencia. En el cerebro adicto o enfermo la energía se malgasta o se reduce y los sistemas de recompensa (placer), memoria, autocontrol, escucha del otro se desequilibran totalmente.

En suma, queda alterado el sistema de transmisión eléctrico cerebral, las síntesis químicas de los neurotransmisores y la reparación y la regeneración neuronal.

Juan Alberto Yaría

* Director general de Gradiva - Rehabilitación en adicciones

