

DIFERENCIAS ENTRE 'USO', 'USO PROBLEMÁTICO' Y 'TRASTORNO'

'USO'

Se refiere al consumo social, aquel **sin consecuencias graves**. La persona tiene control sobre el **cuándo**, **cuánto** y **cómo** consume o se lleva a cabo el comportamiento.



'USO PROBLEMÁTICO'

El consumo o hábito empieza a tener **consecuencias en la vida diaria**, pero la persona sigue **negando** que existe un problema. Ya no son unas copas, es resaca que **afecta al trabajo**.



'TRASTORNO'

La situación se ha desbordado y la vida se ha vuelto **ingobernable**. La persona adicta **pierde el control**, hay **dependencia** y se consume por **necesidad**.



ADICCIONES A SUSTANCIA Y COMPORTAMENTALES

La **adicción** es un abanico que combina el **consumo de sustancias** con los **comportamientos** que pueden desencadenar una dependencia. Ambos trastornos adictivos están **reconocidos**.



ADICCIONES A SUSTANCIAS

Son aquellas que involucran el **consumo de drogas** (legal o ilegal), generando una **dependencia física o psicológica**. Las sustancias más habituales son: alcohol, tabaco, cannabis, cocaína, benzodiazepinas...



ADICCIONES COMPORTAMENTALES

No implican sustancias, pero producen los **mismos cambios cerebrales**.

Solo hay dos reconocidas: trastorno por **juego** y **videojuegos**. Pero hay conductas potencialmente adictivas como las relativas a la **alimentación**, **redes sociales**, **sexualidad** y las **compras**.

