

PATOLOGÍA DUAL

Cuando la adicción y los problemas psicológicos coexisten

»» Hay una historia, una razón, un “por qué” que merece ser escuchado sin juicios.



Índice

¿Sientes que dejar la adicción no es el único problema, que por dentro hay algo más que duele o se descontrola? ¿O eres familiar y ves cómo alguien a quien quieres cambia, sufre y se apaga entre el consumo y su trastorno emocional?

Eso que está pasando tiene un nombre: **patología dual**. Adicción y sufrimiento emocional suelen ir de la mano, y entenderlo es el primer paso para empezar a cuidarse.

1 ¿Qué es la patología dual? Más allá de dos diagnósticos médicos

2 ¿Qué va primero: la adicción o el trastorno mental?

3 Los trastornos mentales más comunes en patología dual

Trastornos del Estado de Ánimo: Cuando la tristeza profunda busca alivio

Ansiedad y Trauma: Vivir en alerta permanente

TDAH, Trastornos de Personalidad y Control de Impulsos

Trastornos Alimentarios: La relación con la comida como forma de malestar

Trastornos Psicóticos: Una realidad alterada

4 El ciclo de retroalimentación: Cómo se alimentan mutuamente

5 Tratamiento integrado: La clave para la recuperación

6 ¿Dónde buscar ayuda? Tu camino hacia la recuperación

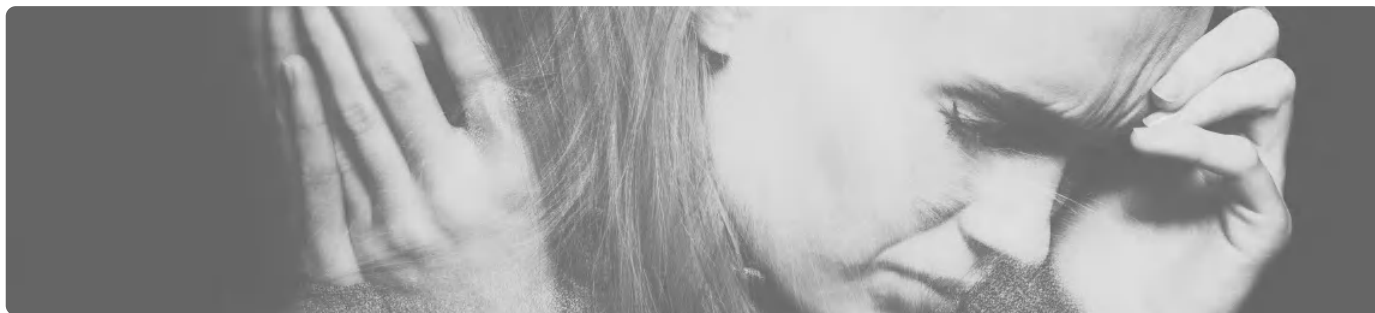


1. ¿Qué es la patología dual? Más allá de dos diagnósticos médicos

La **patología dual** no es simplemente tener una adicción y un trastorno mental al mismo tiempo. Es algo mucho más profundo, más humano, más cotidiano de lo que parece.

¿Te ha pasado que sientes **ansiedad, tristeza o vacío**, y buscas aliviarlo con alcohol, drogas o algún comportamiento compulsivo? En ese momento **puede parecer un respiro**, una manera de silenciar lo que duele por dentro. Pero con el tiempo, ese "alivio" empieza a volverse en tu contra: La ansiedad se vuelve más fuerte, la culpa pesa más, y la desesperanza se hace más profunda.

O quizás has notado que los cambios de ánimo, los pensamientos que no te dejan en paz o **esa sensación constante de no estar bien contigo mismo** te empujan una y otra vez hacia hábitos que sabes que te hacen daño.



Eso —la mezcla entre sufrimiento emocional y consumo— es precisamente la **patología dual**: Un ciclo en el que una parte alimenta a la otra, y ambas terminan atrapándote.

📄 En **Esvidas** lo entendemos. Sabemos que detrás del consumo hay dolor, pero también hay una historia, una razón, un "por qué" que merece ser escuchado sin juicios.



2. ¿Qué va primero: La adicción o el trastorno mental?

La gran pregunta siempre es: "¿Qué vino primero, la adicción o el trastorno mental?" Y la respuesta, aunque suene poco satisfactoria, es: **Depende de cada persona.**



Podemos imaginarlo como **el dilema del huevo y la gallina**. En algunos casos, la persona primero atraviesa un problema de salud mental —por ejemplo, ansiedad o depresión— y empieza a consumir alcohol o drogas como una forma de calmar el dolor. Con el tiempo, ese "remedio" se convierte en dependencia.





YouTube



Patología dual | Cuando la adicción y la salud mental van ...

A veces una persona quiere dejar una adicción... Pero no puede. No porque "no quiera", sino porque detrás hay algo más: Ansiedad,...

"Cuando un paciente llega al centro, muchas veces no sabemos qué está causando qué. El consumo puede enmascarar los síntomas de un trastorno mental, o el trastorno mental puede ser la causa del consumo. Por eso, lo primero siempre es parar el consumo y, a partir de ahí, ver qué hay detrás."

— **Margarita**, psicóloga clínica especialista en tratamiento de adicciones

Lo importante es entender que la patología dual **no es una línea recta**, sino más bien un círculo en el que un problema alimenta al otro.



3. Los trastornos mentales más comunes en patología dual

Cuando hablamos de patología dual, cada persona vive una situación diferente. **La adicción puede aparecer junto a distintos problemas de salud mental:** Ansiedad, depresión, trastornos de la personalidad... Y cada combinación tiene sus propias dificultades.

Nadie consume solo porque sí. Detrás hay **un intento de calmar un dolor emocional** que se vuelve insoportable. Y ahí surge una pregunta: ¿Por qué esa sustancia y no otra? La sustancia o comportamiento que cada persona elige no es casualidad: Responde a una necesidad emocional concreta.

Trastornos del Estado de Ánimo

Depresión y trastorno bipolar que generan vacío, desesperanza y cambios emocionales extremos.

Trastornos de Ansiedad

Ataques de pánico, fobia social y estrés postraumático que mantienen el cuerpo en alerta constante.

Trastornos del Neurodesarrollo

TDAH y trastornos del control de impulsos que generan inquietud mental y física sin tregua.

Trastornos de Personalidad

Patrones de emociones intensas, impulsividad y relaciones conflictivas que generan dolor constante.



3.1. Trastornos del Estado de Ánimo: Cuando la tristeza profunda busca alivio

El estado de ánimo influye en **cómo pensamos, sentimos y afrontamos el día a día**. Cuando una persona vive durante mucho tiempo con tristeza profunda, desánimo, falta de energía o cambios intensos en el ánimo, su vida puede volverse especialmente difícil.



Depresión

Una persona con depresión vive en un **pozo profundo de desesperanza, tristeza y vacío**. Se siente culpable, inútil y, a menudo, no puede conciliar el sueño por la rumiación constante. El sentimiento predominante es la **pesadez** y el **desinterés** por la vida.

- Dolor emocional que no cesa
- Inestabilidad y confusión constante
- Agotamiento que nunca se va
- Falta de control sobre el estado de ánimo



Trastorno Bipolar

Una persona con Trastorno Bipolar se mueve en **extremos emocionales**. Pasan de sentirse en la **cima del mundo** (euforia, manía, llenos de energía y demasiada confianza) a caer en el **pozo profundo** (depresión).

Por eso, muchas personas acaban recurriendo al **alcohol o al cannabis** buscando algo tan simple —y tan humano— como **un respiro**. Pero ese "descanso" es engañoso: El consumo **no cura el sufrimiento**, solo lo retrasa y lo amplifica.



3.2. Ansiedad y Trauma: Vivir en alerta permanente

La ansiedad y el trauma están profundamente relacionados con la forma en que una persona percibe el mundo y se siente a salvo en él. Vivir con miedo constante, tensión, preocupación intensa o recuerdos dolorosos que no se pueden olvidar puede resultar agotador y limitar seriamente la vida diaria.



Trastornos de Ansiedad

Vivir con un Trastorno de Ansiedad no es simplemente "estar nervioso". Es sentir que tu cuerpo está siempre preparado para un peligro que nunca llega. El corazón late rápido, la mente no se apaga y todo parece una amenaza.

"¿Y si fallo?, ¿Y si me juzgan?, ¿Y si algo malo pasa?" Esa es la voz constante que acompaña a quien sufre ataques de pánico o fobia social.



Estrés Postraumático

Quienes viven con un Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT) cargan con una herida invisible: El pasado se cuele en el presente una y otra vez. Los flashbacks, los sobresaltos, la hipervigilancia... Hacen que el cuerpo viva como si el peligro aún siguiera ahí.

En estas personas, el sistema de alarma permanece encendido incluso cuando no existe un peligro real.

Ante tanto miedo y agotamiento, muchas personas acaban recurriendo al **alcohol** o a los **tranquilizantes**. El alcohol les da la ilusión de calma, les permite hablar, socializar, dormir. Los tranquilizantes ofrecen esa paz química tan deseada.



3.3. TDAH, Trastornos de Personalidad y Control de Impulsos

Vivir con una mente inquieta, con impulsos difíciles de frenar y con problemas para mantener la atención puede generar frustración, agotamiento y una sensación constante de desajuste con el entorno.



TDAH y Control de Impulsos

Sufrir el Trastorno del Control de Impulsos —especialmente con un TDAH— es como tener el acelerador siempre pisado y sin freno. La mente va más rápido de lo que el cuerpo puede seguir, y la frustración se convierte en compañera diaria.

- Inquietud mental y física sin tregua
- Caos interior con mil pensamientos simultáneos
- Frustración por no poder concentrarse
- Deseo desesperado de detener el impulso

Es convivir a diario con **una mente que no se detiene**, con emociones intensas y con la sensación constante de ir un paso por detrás de lo que se espera de uno mismo.



Trastorno de la Personalidad

Tener un Trastorno de Personalidad es sentir que las emociones no siguen tus reglas, sino que **te arrastran**. Cada pensamiento, cada relación, cada decisión puede convertirse en un campo de batalla.

- Dolor emocional intenso que quema por dentro
- Impulsividad que lleva a actuar sin pensar
- Deseo desesperado de control emocional

A menudo estas personas buscan en el **policonsumo, el alcohol o los opiáceos** una salida inmediata, una manera de que el mundo y sus emociones dejen de apretarles el pecho.



3.4. Trastornos Alimentarios: La relación con la comida como forma de malestar

Tener un trastorno de la conducta alimentaria es vivir atrapado entre dos polos: **El control absoluto y la pérdida total de él**. En el fondo, todo gira en torno a la misma obsesión: Dominar el cuerpo para intentar calmar la mente.

El peso, la comida o el espejo se convierten en enemigos y jueces. Y detrás de cada restricción o atracón hay algo mucho más profundo: **ansiedad, miedo, culpa y una sensación constante de no ser suficiente**.

- Ansiedad insoportable que solo calma el control
- Necesidad de castigarse o compensar
- Lucha entre control y escape del dolor

Quienes viven con un TCA pueden experimentar una lucha constante con su cuerpo y consigo mismos. La comida puede pasar a ser una fuente de alivio momentáneo, de control o de castigo, generando ciclos de restricción, atracones, culpa y vergüenza.

Los **estimulantes** se convierten en aliados para no comer, el **alcohol** en una vía de escape, y los **tranquilizantes** en una forma de apagar la ansiedad que nunca se apaga del todo.



3.5. Trastornos Psicóticos: Una realidad alterada

Padecer un Trastorno Psicótico, como la Esquizofrenia, es vivir atrapado entre lo real y lo imaginario. Viven con **alucinaciones**, como escuchar voces que nadie más oye, y con **delirios**, creencias falsas que pueden hacerles sentir perseguidos o controlados.

- Algunas personas escuchan voces que nadie más oye. Voces que comentan, critican o asustan, y que no se pueden apagar.
- Otras viven con pensamientos que les hacen sentir perseguidas, vigiladas o controladas.
- A todo esto se suma un gran cansancio interior. Falta de energía, dificultad para levantarse, para relacionarse, para sentir ilusión por las cosas.
- Muchas personas se aíslan, no porque no quieran a los demás, sino porque el mundo se vuelve demasiado ruidoso y difícil de manejar.

Irónicamente, el **cannabis** es la sustancia más usada buscando calma. Sin embargo, esta es una de las combinaciones más peligrosas: Su consumo puede **desencadenar un primer brote psicótico o empeorar dramáticamente** los delirios y alucinaciones.



4. El ciclo de retroalimentación: Cómo se alimentan mutuamente

Cuando un trastorno mental y una adicción conviven en una misma persona, los síntomas no se suman: se **multiplican**, creando un cuadro más grave, más confuso y doloroso.

Malestar emocional

Ansiedad, depresión, vacío o dolor que resulta insoportable y busca alivio urgente.

Recaída inevitable

El cerebro recuerda dónde encontró alivio y el ciclo se repite con más fuerza.



Consumo como escape

La sustancia ofrece un respiro momentáneo, una tregua temporal del sufrimiento emocional.

Síntomas agravados

Cuando el efecto pasa, la ansiedad vuelve más fuerte, la depresión más profunda, el vacío más grande.

Culpa y vergüenza

La autoestima se derrumba, las relaciones se enfrían, el aislamiento refuerza la voz interior negativa.

Cada vuelta del ciclo hace más profunda la herida: **Más dependencia, más tristeza, más sensación de pérdida**. Pero entender este mecanismo no es rendirse; es empezar a ver la salida.

⚠ Lo que se repite puede romperse, y lo que hoy parece un callejón sin salida, mañana puede ser el inicio de tu recuperación.



5. Tratamiento integrado: La clave para la recuperación

Durante años, el error ha sido tratar estas realidades de forma **separada**: Un centro para la depresión, otro para la adicción. ¿El resultado? Confusión, incoherencia y la sensación de que **nadie comprende tu sufrimiento en su totalidad**.

El **enfoque integrado** rompe ese ciclo. Es una estrategia diseñada para cuidar todas las dimensiones de la persona—biológica, psicológica y social—sin dejar cabos sueltos.



Psicoterapia especializada

Terapias como la Cognitivo-Conductual (TCC) te dan herramientas prácticas para manejar los pensamientos que alimentan la depresión y los impulsos de consumo.



Apoyo farmacológico

Un psiquiatra puede recetar antidepresivos modernos—seguros y sin riesgo de dependencia—para estabilizar tu química cerebral.



Grupos de apoyo

Escuchar y compartir con personas que entienden tu proceso sin juzgarte tiene un poder inmenso. Te recuerda que no estás solo.



¿Por qué funciona el tratamiento dual?

La ayuda hay que buscarla en lugares que entiendan que no eres dos personas, sino una sola con **un dolor que tiene dos caras**. Desconfía de los centros que solo tratan la adicción o solo el trastorno mental, porque solo tapan una herida mientras la otra sigue abierta.

En **Esvidas** acompañamos a cada persona con respeto, profesionalidad y comprensión, adaptando el tratamiento a **tus necesidades, tu historia y tu ritmo**. Nuestro objetivo no es solo ayudarte a controlar los síntomas: Es que recuperes tu vida, tu equilibrio y tu **propósito**.

85%

Mejora significativa

Con tratamiento dual integrado

x3

Mayor éxito

Que el tratamiento separado



6. ¿Dónde buscar ayuda? Tu camino hacia la recuperación

Porque detrás de la adicción y del trastorno hay **una persona completa, con deseos, sueños y capacidades**, y mereces recibir la ayuda que realmente entienda tu dolor y te guíe hacia la recuperación.

01

Reconoce el problema

Aceptar que necesitas ayuda no es debilidad, es valentía. Es el primer paso hacia la recuperación.

02

Busca ayuda profesional especializada

Encuentra centros que ofrezcan tratamiento dual integrado, donde ambos problemas se aborden simultáneamente.

03

Involucra a tu red de apoyo

La familia y los seres queridos son parte fundamental de la recuperación. No tengas miedo de pedir su apoyo.

04

Comprométete con el proceso

La recuperación lleva tiempo. Habrá días buenos y días difíciles, pero cada paso cuenta hacia tu bienestar.

05

Construye una nueva vida

Recuperarse no es volver a ser quien eras, sino construir una versión de ti que puede vivir en paz, sin miedo y sin consumo.



*"La recuperación no se trata solo de dejar el consumo, sino de **sanar lo que llevó hasta él**. Y ahí —en esa comprensión profunda, compasiva y real— es donde empieza la recuperación auténtica."*



En Esvidas estamos contigo

Construyendo un futuro en el que puedas sentir que cada día vale la pena. Porque la recuperación no solo es posible, sino que está a tu alcance.



Esvidas
Grupos Societarios Reintegrados

Centros de adicciones en España

- ESVIDAS LA CARTUJA - Jerez de la Frontera (Cádiz)
- ESVIDAS EL CALEYO - El Caley, Oviedo (ASTURIAS)
- ESVIDAS SAN FELIPE - San Felipe de Borneando (Cádiz)
- ESVIDAS DON BENITO - Don Benito (BADAJOZ)
- ESVIDAS MONTEALTO - Jerez de la Frontera (Cádiz)
- ESVIDAS HAIRENA - Pineda del Argenteo (SEVILLA)

Esvidas | Centro de Desintoxicación y Tratamiento Adicciones | ...

Centro de Desintoxicación y Tratamiento de Adicciones | ...

A ayudamos a superar adicciones con programas personalizados en toda España. Confía en nuestros especialistas y centros...

No estás solo en esto. Con el apoyo adecuado, con un tratamiento profesional y un entorno que te sostenga, **la vida puede volver a sentirse tuya.**

❓ Si tú o un ser querido está viviendo con **patología dual**, recuerda: Pedir ayuda es un acto de amor propio. La recuperación es posible, y mereces vivir una vida plena, equilibrada y feliz.



Tratamiento de adicciones



ESVIDAS LA CARTUJA

Jerez de la Frontera | CÁDIZ



ESVIDAS EL CALEYO

El Caleyó, Oviedo | ASTURIAS



ESVIDAS SAN FELIPE

Sanlúcar de Barrameda | CÁDIZ



ESVIDAS DON BENITO

Don Benito | BADAJOZ



ESVIDAS MONTEALTO

Jerez de la Frontera | CÁDIZ



ESVIDAS MAIRENA

Mairena del Aljarafe | SEVILLA



Centros de ingreso

Centros y tratamientos para ayudarte estés donde estés



Seguimiento

Desde el primer contacto con nosotros y en todo el proceso



Estudio personalizado

Análisis del caso para ofrecer el tratamiento más adecuado



Terapia online

Por si prefieres o necesitas un tratamiento a distancia



Asesoramiento

Orientación a familiares sobre cómo manejar la difícil situación



+ 3000 Familias

Encuentran la ayuda que necesitan para superar la adicción