



**MU  
TAN  
TE**

**“LAS ADICCIONES SON PODEROSAS,  
LA PREGUNTA ES: ¿POR QUÉ?”**

Gabor Maté, médico y escritor canadiense.


**#HABLEMOSDECONSUMIDORESDEDRUGAS**

“Yo defino la adicción como cualquier comportamiento que alivia, da placer temporalmente, y a largo plazo genera daño; pero que, a pesar de las consecuencias negativas, no puedes renunciar a él.

Hay muchas adicciones. Una de ellas es la adicción a las drogas. Pero también hay adicción al consumismo, al sexo, al internet, a las compras, a la comida...”.


“Si quieres entender la adicción, no puedes fijarte en lo que está mal con la adicción, sino lo que está bien. En otras palabras, ¿qué está obteniendo la persona con la adicción? ¿Qué obtiene que no podría obtener de otras maneras?”

Lo que los adictos obtienen temporalmente es alivio del dolor, sensación de paz, sensación de control, sensación de calma”.



“Es un mito que las drogas sean adictivas. Las drogas no son adictivas en sí mismas, porque la mayoría de las personas que prueban algunas drogas nunca se vuelven adictas. Entonces, ¿por qué la susceptibilidad?”.

“El cerebro no solo está genéticamente programado: también interactúa con su entorno. Así que el tipo de entorno en el que un niño vive, eventualmente formará el desarrollo de su cerebro. Cuando un niño es abusado, los circuitos de su cerebro no se forman correctamente y eso los hace susceptibles a consumir drogas: ahora sienten alivio del dolor”.



“La verdadera pregunta no es ¿por qué la adicción? Sino, ¿por qué el dolor?”

Si quieres saber por qué la gente siente tanto dolor, no puedes ver su genética. Tienes que ver sus vidas. En el caso de mis pacientes adictos, es muy claro por qué sienten dolor: han sido abusados toda su vida”.

“Hay muchas formas de llenar este vacío. Para cada persona hay una manera diferente. Pero estas maneras siempre regresan a lo que nos faltó cuando éramos pequeños”.





**MU  
TAN  
TE**

**DESPUÉS DE LEER ESTO,  
¿CREES QUE ERES ADICTA  
O ADICTO A ALGO?**

**#HABLEMOSDECONSUMIDORESDEDRUGAS**