



<http://dx.doi.org/10.17579/RevPatDual.04.7>

Artículo original

1

LA DEPENDENCIA EMOCIONAL: LA ADICCIÓN COMPORTAMENTAL EN LOS MÁRGENES DE LA PATOLOGÍA DUAL

THE EMOTIONAL DEPENDENCE: THE ADDICTION BEHAVIOR IN THE MARGINS OF THE DUAL PATHOLOGY

M^a Nieves Gómez Llano¹ y Juan A López-Rodríguez²

¹Especialista en Psicología Clínica. Experta y Especialista en Psicoterapia Europsy. Diploma de Estudios Avanzados por la Universidad Autónoma de Madrid. Doctoranda del Dpto. de Psicología Biológica y de la Salud de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid. Psicóloga Clínica en Centro Los Mesejo de Prevención y Tratamiento de Adicciones en Adolescentes y Jóvenes. Comunidad de Madrid.

²Especialista Medicina Familiar y Comunitaria. Investigador REDISSEC. Unidad de Investigación Gerencia Atención Primaria. Madrid.

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 28 de marzo de 2017

Aceptado el 7 de abril de 2017

Palabras clave: Dependencia Emocional, Adicción Comportamental, DSM-V, Patología Dual, Drogodependencias

Key words: Emotional Dependence, Behavioral Addiction, DSM-V, Dual Pathology, Drug Addiction.

RESUMEN

En el ámbito del trabajo clínico con adictos encontramos patologías emergentes no bien definidas en su marco conceptual ni en los manuales clínicos. Dentro de estas patologías encontramos la Dependencia Emocional, en los últimos años ha habido un interés creciente por las interferencias que concurren a la hora de intervenir clínicamente.

Existen pocos estudios e investigaciones con base científica. Pero se detectan características diferenciales con respecto a otras patologías.

Por ello en este artículo trataremos de conceptualizar la Dependencia Emocional, explicar parte de sus rasgos y ver una aproximación a una taxonomía clínica basada en el ámbito de las adicciones comportamentales del DSM-V, en el que se incluye el juego patológico. Por último veremos la interrelación dentro del perímetro de la patología dual.

ABSTRACT

In the area of clinical work with addicts, we find emerging pathologies not well defined in its conceptual framework either in clinical manuals. Among these pathologies we enclose emotional dependence. In recent years there has been a growing interest in the interferences that concur when treating a patient.

There are few studies and research with scientific basis. But differential characteristics with respect to other pathologies are noted.

So in this article we will try to conceptualize emotional dependence, to explain part of their features and we will see an approach to a clinical taxonomy based on the field of behavioral addictions, of the DSM-V, which includes the pathological gambling. We will finally have a look at the interrelation within the perimeter of the dual pathology.

Correspondencia:

nieves@sevein-psiique.com

INTRODUCCIÓN

En el ámbito del trabajo clínico con adictos encontramos patologías emergentes no bien definidas en su marco conceptual, ni en los manuales clínicos y/o psiquiátricos al uso. La Dependencia Emocional confluye con otras patologías en el espacio de intervención y en ocasiones interfiriendo a la hora de pautar estrategias y desestabilizando el cumplimiento de pautas indicadas por el terapeuta.

En su conceptualización la Dependencia Emocional se enuncia como un comportamiento desadaptativo contingente a una interacción afectivodependiente y/o la necesidad extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de las diferentes relaciones de pareja^{1,2,3}. Definida también como un comportamiento desorganizado que presenta un individuo respecto a otro que le genera una intensa necesidad de estar al lado del otro, con una conexión emocional que genera en él problemas psíquicos y físicos importantes⁴.

La Dependencia Emocional también ha sido referenciada como una necesidad de protección y apoyo, así como una marcada confianza en la relación de pareja como elemento esencial para la autoestima, la identidad y el funcionamiento general de la persona^{5,6}.

Definiríamos la dependencia emocional como una adicción sin sustancia, teniendo a una persona como centro de atención que es repetitiva, produce craving y da lugar a una pérdida de control en la persona, distorsionando su vida a nivel familiar, social, laboral y emocional^{7,8}.

¿ES LA DEPENDENCIA EMOCIONAL UNA ADICCIÓN COMPORTAMENTAL?

La Dependencia Emocional es una adicción comportamental que cursa como un comportamiento adictivo con tres rasgos diferenciales como son la pérdida de control, la compulsión y la perseverancia a pesar de las consecuencias negativas del comportamiento.

Entre los rasgos determinantes en el marco de cualquier adicción y que determinan la conducta adictiva están la obsesión, que es una necesidad irresistible, con intensos deseos de consumir, es decir, estar con la persona centro de atención del dependiente emocional.

La pérdida de control, que muestra una incapacidad para autolimitarse o controlarse en el consumo, es decir, en el acercamiento a la persona, que es su centro de atención y esto unido a unas consecuencias negativas que van a mantener este comportamiento a pesar de los problemas emergentes y que van a complicar la vida del dependiente emocional. Y por último la Negación, considerando y negando que la adicción es un problema poniéndose a la defensiva cuando alguien les indica su problemática. **(Tabla 1).**

Tabla 1. Características del Dependiente Emocional

1. Pérdida del Espacio Vital
2. Baja Autoestima
3. Labilidad Emocional
4. Ilusión de Control
5. Negación de Sentimientos
6. Hipertolerancia Emocional
7. Pérdida de Límites
8. Sobreprotección
9. Comportamiento Obsesivo-Compulsivos
10. Ansiedad Elevada
11. Sufridores
12. Miedo al Abandono
13. Temor a la Soledad
14. Hipervigilancia
15. Exceso de Confianza
16. Extremista
17. Encubridores
18. Nulo Empoderamiento

(Gómez-Llano, 2015)⁷

En el DSM-V se encuentra incluido el juego patológico como adicción comportamental, el sustrato y las bases de dicha patología se pueden asemejar a algunas adicciones comportamentales no recogidas en este manual psiquiátrico^{9,10}.

En relación con las conductas adictivas, podríamos decir que una actividad de juego se ha convertido en patológica cuando aparece Dependencia Psicológica y los efectos perjudiciales^{11,12,13}.

La inclusión en el DSM-V del juego patológico como adicción comportamental genera un sustrato para poder establecer los parámetros que abrirán la puerta de la Dependencia Emocional, ya que tiene características que pueden asemejarse con las de este. Se habla de una adicción comportamental cuyo componente fundamental no es una sustancia. En el cual los componentes esenciales son el craving y la pérdida de control explicados con anterioridad.

La dependencia emocional se manifiesta por un deseo intenso, un ansia o pulsión irresistible (craving), una polarización o focalización atencional, por la variabilidad en el estado de ánimo del dependiente emocional así como por una agitación y/o irritabilidad si no es posible satisfacerla, acompañado por la pérdida de control e impotencia^{14,18}.

Todas estas semejanzas con el juego patológico, la adicción comportamental reconocida por el DSM-V nos podría hacer albergar la esperanza de que en un futuro se amplie la clasificación de las adicciones comportamentales. En la Dependencia Emocional se activan sistemas de recompensa similares a los que movilizados por las drogas y emergen síntomas comportamentales análogos a los trastornos relacionados con el consumo de sustancias y a los referidos en el marco del juego patológico. Como base neuroanatómica del centro de recompensa se encuentra el Núcleo accumbens y referenciándonos

en la zona de control estaría el córtex prefrontal (orbitofrontal/cingulado)¹⁵. Todo ello apoyaría la hipótesis de la pérdida de control y el ansia irresistible por estar con la persona foco de atención.

Si tuviéramos que presentar los criterios para una posible clasificación clínica de la Dependencia Emocional versus Adicción Comportamental, siguiendo criterios parecidos al DSM-V podría ser como a continuación se referencia en la tabla 2. **(Tabla 2).**

Tabla 2. Trastornos no relacionados con sustancias

Dependencia Emocional & Adicción Comportamental
<p>A. Relación personal problemática persistente y recurrente, que provoca un deterioro o malestar clínicamente significativo y se manifiesta porque el individuo presenta cuatro (o más) de los siguientes criterios durante un periodo de 12 meses:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Necesidad de estar constantemente con el foco de su atención para conseguir la excitación deseada. 2. Está nervioso o irritado cuando intenta reducir o abandonar su foco de atención. 3. Ha hecho esfuerzos repetidos para controlar, reducir o abandonar su foco de atención, siempre sin éxito. 4. A menudo tiene la mente ocupada en la relación personal problemática (p. ej. Reviviendo continuamente con la imaginación experiencias de la relación con su foco de atención) pasada, condicionando o planificando su próximo acercamiento al foco de atención, pensando la forma de estar con la persona que representa su foco de atención. 5. A menudo realiza estrategias de acercamiento cuando siente desasosiego (p.ej. Desamparo, culpabilidad, ansiedad, depresión). 6. Después de tener enfrentamientos con la persona, suele volver otro día para intentar reconquistar a su foco de atención (“recuperar las pérdidas”). 7. Miente para ocultar su grado de implicación con el foco de atención. 8. Ha puesto en peligro o ha perdido una relación importante, un empleo o una carrera académica o profesional a causa de su obsesión con el foco de atención. 9. Intentar defender ante los demás su relación pero terminan en soledad porque los otros no logran que deje la relación patológica establecida.
<p>B. Su comportamiento ante el foco de atención no se explica mejor por un episodio maníaco.</p> <p><i>Especificar si:</i></p> <p>Episódico: Cumple los criterios diagnósticos en más de una ocasión, si bien los síntomas se apaciguan durante varios meses por lo menos entre periodos de juego patológico.</p> <p>Persistente: Experimenta síntomas continuamente, cumple los criterios diagnósticos durante varios años.</p> <p><i>Especificar si:</i></p> <p>En remisión inicial: Tras haber cumplido previamente todos los criterios del mantenimiento de la relación patológica, no ha cumplido ninguno de ellos durante un mínimo de 3 meses pero sin llegar a 12 meses.</p> <p>En remisión continuada: Tras haber cumplido previamente todos los criterios establecidos con anterioridad, no ha cumplido ninguno de ellos durante un periodo de doce meses o más.</p> <p>Especificar la gravedad actual:</p> <p>Leve: Cumple 4–5 criterios. /</p> <p>Moderado: Cumple 6–7 criterios. /</p> <p>Grave: Cumple 8–9 criterios.</p>

(Gómez-Llano; 2015)⁷

4

Teniendo en cuenta que los adictos tienen el doble de posibilidad de sufrir trastornos en sus estados de ánimo o niveles de ansiedad y que la comorbilidad de diferentes patologías converge claramente, observamos que la dependencia emocional como adicción comportamental propiamente dicha, se encuentra referenciada con diferentes patologías.

Si tenemos una taxonomía que podemos aplicar, y criterios que nos permitan proceder e intervenir clínicamente podremos dotar a los profesionales de las herramientas para intervenir en esta patología y ayudar a los pacientes con estas problemáticas.

CONCLUSIONES

La Dependencia Emocional es una adicción comportamental que puede referenciarse siguiendo los parámetros expuestos y esto conlleva que se puede intervenir con los dependientes emocionales¹⁶.

Se establecen criterios de leve a grave para analizar la afectación del dependiente emocional y se abren las puertas para que los profesionales puedan intervenir adecuadamente en dicha patología¹⁷.

Es necesario seguir avanzando en la investigación en este ámbito y tener en cuenta que las diferentes patologías pueden interferirse mutuamente, pero conociendo su estructura y características los clínicos seremos capaces de afrontarlo y pautar a nuestros pacientes la estrategia adecuada para lograr su mejoría.

CONFLICTOS DE INTERESES

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

BIBLIOGRAFÍA

1. Castelló J. Dependencia Emocional: Características y Tratamiento. Madrid. Alianza Editorial. 2005.
2. Sirvent C, Villa MV. Presentación del TDS.100 test de dependencias sentimentales de Sirvent y Moral, 8^o Congreso Virtual de Psiquiatría. Interpsiquis. 2007.
3. Sirvent C, Villa MV. La Dependencia Sentimental o afectiva. INTERPSIQUIS. 2007. Available at www.psiquiatria.com
4. Gómez MN. Trastornos de Personalidad, Dependencia Emocional y Depresión: Diferencias entre una población de mujeres Drogodependientes versus no Drogodependientes. Comunicación, VIII Jornadas de Trastorno de Personalidad. Hospital Clínico San Carlos y laboratorios Lubeck. 2010.
5. Bornstein RF. The Complex Relationship Between Dependency and Domestic Violence. *American Psychologist*. 2006; 6: 595-606.
6. Valor-Segura I, Expósito F, Moya M. Desarrollo y validación de la versión española de la Spouse-Specific Dependency Scale (SSDS). *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud/ International Journal of Clinical and Health Psychology*. 2009; 9: 479-500.

7. Gómez Llano MN. Emotional dependence in today's dual pathology clinical practice. Main or secondary role? Symposium, III Congreso Internacional de Patología Dual Adicción y otros Desórdenes Mentales. 2013.

8. Gómez Llano MN, López Rodríguez JA. Patología Dual en Adictos y sus parejas: La otra cara de las Adicciones Comportamentales. Comunicación, III Congreso Internacional de Patología Dual Adicción y otros Desórdenes Mentales. 2013.

9. American Psychiatric Association. Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. DSM-V. Washintong, DC. 2014.

10. American Psychiatric Association. Manual Diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. DSM-IV-TR. Barcelona. Masson. 2002

11. Echeburúa E. Adicciones sin drogas. Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet. Bilbao: Desclée de Brouwer. 114 pp. 1999. ISBN 84-330-1378-5

12. Griffiths MD. Does internet and computer "addiction" exist? Some case study evidence. *CyberPsychology and Behavior*, 2000; 3: 211-218. doi: 10.1089/109493100316067

13. Sánchez Carbonell X, Beranuy M, Castellana M, Chamarro A, Oberst U. La adicción a internet y al móvil. ¿Moda o trastorno? *Adicciones*. 2008; 2: 149-60. doi: 10.20882/adicciones.279

14. Carbonell X, Talarn A, Beranuy M, Oberst U, Graner C. Cuando jugar se convierte en un problema: el juego patológico y la adicción a los juegos de rol online. *Aloma*. 2009; 25: 201-20.

15. Ibáñez Cuadrado A. Impulsividad, Diferencias de Género y Patología Dual en el Juego Patológico. *Revista de Patología Dual*. 2014; 1 (2):8. Available at http://www.patologiadual.es/profesional_revista.html

16. Cubas Ferreira D, Espinoza Rueckner G, Galli Cambiaso A, Terrones Paredes M. Intervención Cognitivo- Conductual en un grupo de pacientes con dependencia afectiva. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental Hermilio Valdizan*. 2004; 2: 81-90.

17. Gómez Llano MN, López Rodríguez JA. Framework of Emotional Behavioral Addiction Unit and within the. Ponencia IV International Congress of Dual Disorders Addictions and other Mental Disorders held in Barcelona. 2015.

18. Echeburúa E. Adicción al juego en la mujer y comorbilidad. Implicaciones para el tratamiento. *Revista de Patología Dual*. 2014; 1 (1):2. Available at www.patologiadual.es/profesional_revista.html