

Tratamiento del trastorno por consumo de alcohol

El trastorno por consumo de alcohol (TCA) es una enfermedad que se produce cuando el alcohol deteriora significativamente la salud y el funcionamiento de un individuo.

La gravedad del TCA varía de leve a grave, y los síntomas pueden ser recurrentes o alcanzar la remisión. Independientemente de la gravedad del trastorno, las personas pueden beneficiarse con el tratamiento.

Diagnóstico

Para diagnosticar el TCA, un médico realiza una evaluación cara a cara, una valoración de los síntomas y una revisión de la historia clínica, y obtiene información de los miembros de la familia, si procede. El médico lleva a cabo una evaluación diagnóstica de cualquier condición de salud mental coexistente. Las personas que padecen de TCA presentan una mayor tasa de ansiedad de trastornos depresivos que aquellas sin TCA.

Planificación del tratamiento

El tratamiento de TCA puede variar en función de los objetivos individuales. En general, los objetivos del tratamiento de TCA son reducir y controlar los síntomas y mejorar la salud y el funcionamiento.

La gente suele pensar en una "rehabilitación": un programa residencial de 25 días. Sin embargo, la mayoría de las personas no necesitan o no benefician de un tratamiento residencial de 28 días. Los avances han llevado a tratamientos basados en la evidencia que son menos intensivos y a los que se puede acceder a través de un médico de atención primaria o una clínica de salud mental. Los componentes de un tratamiento eficaz incluyen medicamentos y tratamientos conductuales, idealmente juntos.

Los grupos comunitarios de ayuda mutua, como Alcohólicos Anónimos (AA), también pueden contribuir a alcanzar los objetivos de una persona, pero los grupos de apoyo entre pares no pretenden sustituir el tratamiento médico formal.

Tratamiento con medicamentos

La Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. ha aprobado tres medicamentos para el TCA. Estos medicamentos no son adictivos y están diseñados para ayudar a controlar la enfermedad. La medicación puede no ser eficaz o necesaria para todas las personas con TCA, pero como parte de un plan de tratamiento personalizado, puede ayudar a una persona a alcanzar sus objetivos.

- Se ha demostrado que la **naltrexona** reduce los días de consumo excesivo de alcohol y ayuda a promover la abstinencia. También puede ayudar a controlar las ganas de beber de algunas personas. Se trata de una píldora que se toma una vez al día o de una inyección mensual.
- Se ha demostrado que el **acamprosato** reduce el consumo excesivo de alcohol y mantiene

Tratamiento del trastorno por consumo de alcohol (TCA)
El TCA se caracteriza por patrones de consumo nocivos que perjudican la salud y el funcionamiento del individuo, pero que pueden tratarse tanto con **medicación** como con **terapias conductuales** basadas en la evidencia.

Efectos del tratamiento	Naltrexona	Acamprosato	Disulfiram
Reduce el consumo excesivo de alcohol	✓	✓	
Reduce el consumo	✓	✓	
Controla el ansia por consumir	✓	✓	
Apoya la abstinencia	✓		✓
Bloquea la descomposición del alcohol y provoca síntomas desagradables			✓

Tratamiento conductual	Grupos de apoyo
 <p>La terapia cognitivo-conductual puede ayudar a controlar los desencadenantes, ofrece apoyo y aborda los problemas de salud.</p>	 <p>Los grupos comunitarios de ayuda mutua, como Alcohólicos Anónimos, pueden ofrecer apoyo a las personas que se están tratando.</p>

la abstinencia una vez que la persona ya está sobria. También puede ayudar a controlar las ganas de consumir de algunas personas.

- El **disulfiram** bloquea la descomposición del alcohol en el organismo y provoca síntomas desagradables, como náuseas, si se consume alcohol. Estos síntomas pueden ayudar a algunas personas a no beber alcohol.

Tratamientos sin medicación

Existen varias opciones de psicoterapia basadas en la evidencia para el TCA. Una de ellas es la terapia cognitivo-conductual (TCC), que se centra en la relación entre los pensamientos, los sentimientos y los comportamientos para ayudar a controlar los impulsos y los desencadenantes. Esta terapia también puede abordar condiciones de salud mental concurrentes, como la ansiedad o la

depresión.

No existe un tratamiento único que funcione para todo el mundo. Lo que es eficaz para una persona puede no serlo para otra. La decisión de seguir un tratamiento suele ser más importante que el tipo de tratamiento que se siga.

PARA MÁS INFORMACIÓN

- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism
alcohol.treatment.niaaa.nih.gov/
- National Institute of Mental Health
www.niaaa.nih.gov/publications/brochures-and-fact-sheets

Autores: Avani K. Patel, Dr., MHA; Alëna A. Balasanova, Dr.

Afiliaciones de los autores: University of Mississippi Medical Center, Jackson (Patel); University of Nebraska Medical Center, Omaha (Balasanova).

Declaración de conflicto de intereses: No se han notificado.

Fuentes: *Facing Addiction in America: The Surgeon General's Report on Alcohol, Drugs, and Health*. Dept of Health and Human Services; 2016. National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. <https://www.niaaa.nih.gov/publications/brochures-and-fact-sheets/treatment-alcohol-problems-finding-and-getting-help>
Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (quinta edición). American Psychiatric Association; 2013.

La Página del Paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta página son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no sustituyen el diagnóstico médico. Para obtener información específica sobre su condición médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Esta página puede ser fotocopiada sin fines comerciales por los médicos y otros profesionales de la salud para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones al por mayor, escriba a reprints@jamanetwork.com.