



# Potencial addictiu

La prevenció de les conductes addictives. Es poden predir quan els fills són petits?

TEXT **JORDI BARRIS**  
**I SANTIAGO BATLLE\***

**F**a uns quans anys llegia una entrevista a un important bioquímic anglès que havia passat gran part de la seva vida com a investigador estudiant els mecanismes genètics que estaven implicats en el desenvolupament de les addiccions. Després d'anys d'investigacions, els mecanismes cerebrals que estan implicats en l'aparició de les addiccions en les persones resultaven prou clars. Però el que em va resultar més xocant era l'afirmació que un 23% de les persones tenim un potencial addictiu molt elevat; o sigui, que aquest percentatge de persones tenen una elevada predisposició a presentar, al llarg de la seva vida, una addicció a una substància o conducta i que no sabran frenar-la (almenys, d'entrada).

Recuperant aquella notícia, en l'article d'avui farem un repàs a una altra notícia que revisava fa pocs dies i que em va semblar un complement ideal a l'anterior i que als pares els pot servir de guia preventiva davant de conductes, actituds o actuacions que permetem als nostres fills i que, a la llarga, podrien resultar potencialment perilloses.

Segons un estudi realitzat amb 1.000 persones de Nova Zelanda, les conductes dels nens de 3 anys poden oferir sorprenents pistes sobre el risc de desenvolupar conductes addictives, com ara l'addicció al joc o les drogues en la seva adultesa.

En aquests individus es va realitzar un seguiment dels patrons psicològics, econòmics i intel·lectuals de la seva vida, des del seu naixement i fins als 32 anys. L'estudi va incloure a gairebé tots els nens que van néixer a Dunedin, Nova Zelanda, des d'abril de 1972 a març de 1973.

L'anàlisi de resultats va trobar que els nens amb temperament poc controlat i més reactiu a l'edat de 3 anys, tenien més del doble de possibilitats de desenvolupar problemes amb l'addicció al joc entre els 21 i 32 anys d'edat, en comparació dels nens amb bon ajust emocional.

El tipus de temperament poc controlat es relaciona amb la falta d'autocontrol, canvi ràpid d'emocions, impulsivitat, conductes d'engany i nivells relativament alts d'emocions negatives.

Aquesta relació es va mantenir estable encara després de controlar les variables del quocient intel·lectual, gènere i estatus socioeconòmic. I quan aquests nens van ser avaluats en la seva adultesa, van mantenir alts valors d'emoció poc continguda i van continuar expressant prominents nivells d'emocions negatives. També van ser menys controlats i menys agradables socialment, en comparació dels seus iguals.

Segons els investigadors de l'estudi, amb els resultats en mà varen poder respondre a la pregunta «què va ser primer, l'ou o la gallina?». En aquest cas, es va establir fermament que el temperament descontrolat es produeix abans i participa en el desenvolupament de l'addicció al joc. Això representa una important peça per al trencaclosques en la teoria del desenvolupament de l'addicció al joc.

Aquesta recerca és important perquè analitza els mecanismes precoços —ligats al temperament— per aclarir la naturalesa de diverses variables que contribueixen a desenvolupar les addiccions. I es fa a través d'examinar els predictors en edats de nens tan joves.

Els investigadors hipotetitzen de com el temperament descontrolat predisposa a les conductes addictives. Algunes persones amb aquest temperament, tal vegada gaudeixin del joc perquè els permet escapar d'elevats nivells d'emocions negatives; uns altres simplement gaudeixen dels alts riscos perquè els redueix el seu impuls de control. Una possi-



ADRIA

de Dunedine va trobar que els nens que presenten major descontrol temperamental entre els 3 i 5 anys d'edat tenen tres vegades més probabilitats de convertir-se en addictes a múltiples drogues en l'adultesa primerenca, en comparació dels nens que van demostrar majors nivells d'autocontrol. Aquest descobriment suggereix la idea que algunes persones són més vulnerables a les addiccions que unes altres. No tant per una qüestió de recerca de plaer, sinó més aviat a causa de l'excés d'emocions negatives i la dificultat per controlar-les.

La recerca també ressalta una veritat no del tot clara sobre l'addicció: aquesta no és simplement el resultat de l'exposició a substàncies addictives. És a dir, que l'exposició a quelcom addictiu és insuficient per explicar el desenvolupament de l'addicció. Trastorns com la ludopatia requereixen d'una relació de característiques especials entre el joc i el jugador. Això no vol dir que les persones que no tenen un temperament descontrolat no puguin desenvolupar addicció o que totes les persones amb aquestes característiques es convertiran en addictes. Però sí que existeix una important associació.

## CONCLUSIONS

Amb aquest estudi es va incrementar l'evidència científica que l'addicció no estan sols el resultat de l'ús o l'experimentació d'activitats com el joc o les drogues, sinó, més aviat, que la majoria de les persones que es van convertir en addictes o que van desenvolupar problemes amb el joc van tenir problemes preexistents. Almenys la meitat de les persones amb addicció tenien un altre problema mental, com depressió o trastorns d'ansietat, i les dades suggereixen que el temperament predisposa a les persones al desenvolupament de l'addicció.

Això vol dir que per aconseguir una recuperació de les addiccions, el tractament no s'ha d'enfocar solament a les conductes addictives. Els psicòlegs clínics han de tractar tot l'espèctre de conductes relacionades amb l'addicció. No és suficient que se centrin solament en les activitats de l'addicció.

I des d'un punt de vista predictiu també ens avisa de perfils de risc, encara que els propis investigadors alerten que això no significa que un nen descontrolat desenvoluparà problemes d'addicció al joc o a les drogues. Encara que és bo saber que es pugui predir si un nen pot desenvolupar problemes futurs d'addiccions en la seva adultesa amb 90 minuts d'observació als 3 anys, és també important comprendre que aquest nen de 3 anys no està destinat a ser un ludòpata o addicte. Aquests nens tenen un risc, però no significa que la majoria, desenvolupi problemes d'addicció al joc en la seva adultesa. No obstant això, una altra implicació important d'aquest estudi és que les accions educatives encaminades a fomentar el control és un factor fonamental en la prevenció.

Aquesta dimensió «educable» de l'autocontrol és molt important, perquè aquest temperament és menys estable en el temps en comparació a altres factors com la intel·ligència. És a dir, l'estabilitat del quocient intel·lectual des de la infantesa a l'adultesa és molt alta, mentre que l'estabilitat de l'autocontrol és molt més baixa i per això és molt més susceptible de ser modificada i reconduïda. Aquest estudi ens recorda que, en el transcurs de la vida, existeixen moltes possibilitats de canvi, la qual cosa dona plenes esperances perquè aquestes persones puguin aprofitar per millorar. ▶

litat és que existeixin factors genètics que estan relacionats amb poc autocontrol i ludopatia. Una altra possibilitat és que els nens que tenen poc control emocional i conductual tendeixin a associar-se amb altres nens descontrolats, la qual cosa els pot introduir a certes activitats del joc addictiu. Quan un individu desenvolupa l'hàbit del joc, el seu pobre control emocional i conductual pot portar-lo a prendre males decisions mentre estan apostant o perdent el control durant l'aposta, la qual cosa pot derivar en problemes amb el joc. L'anàlisi de la població

▶ «L'addicció no és tan sols el resultat de l'ús d'activitats com el joc o les drogues»