

PROTOCOLO CLÍNICO DE 90 DÍAS PARA TRATAMIENTO DE ADICCIONES Integración de Terapias Psicológicas, Psicoeducativas y Estimulación Magnética Transcraneal (MACTRA)  
Documento técnico para profesionales

**INTRODUCCIÓN** Este documento describe un protocolo clínico estructurado de 90 días para el tratamiento integral de una paciente con trastorno por consumo de alcohol. Se incluyen: fases terapéuticas, intervenciones psicológicas, programa psicoeducativo “Conoce tu cuerpo” y la integración de MACTRA (Estimulación Magnética Transcraneal). No se incluyen dosis farmacológicas, ya que estas deben ser ajustadas exclusivamente por el equipo médico especializado.

**OBJETIVOS GENERALES DEL PROGRAMA** 1. Garantizar una desintoxicación segura. 2. Estabilizar el estado físico y emocional de la paciente. 3. Reestructurar patrones cognitivos y conductuales asociados a la adicción. 4. Reforzar habilidades de autocontrol, regulación emocional y prevención de recaídas. 5. Mejorar la función neurocognitiva mediante la aplicación de MACTRA. 6. Favorecer autonomía y adherencia a largo plazo.

**FASE 1 (DÍAS 1–10): DESINTOXICACIÓN Y CONTENCIÓN AGUDA** Objetivos clínicos: - Control de síntomas de abstinencia. - Reducción de ansiedad aguda. - Establecimiento del vínculo terapéutico.

Intervenciones: - Evaluación psiquiátrica diaria. - Uso de fármacos ansiolíticos e hipnóticos según criterio médico. - Explicación inicial del programa “Conoce tu cuerpo”. - Técnicas básicas de respiración diafragmática. - Primera exposición a MACTRA en sesiones breves para disminución de ansiedad.

**FASE 2 (DÍAS 11–30): ESTABILIZACIÓN FÍSICA Y EMOCIONAL** Objetivos clínicos: - Disminución progresiva de medicación de rescate. - Introducción de psicoterapia estructurada. - Mejora del sueño y regulación emocional.

Intervenciones: - Ajuste farmacológico bajo supervisión médica. - Terapia individual semanal y grupos terapéuticos. - Desarrollo del módulo “Conoce tu cuerpo”: sistema de recompensa, efectos del alcohol, neurofisiología básica. - Técnicas de respiración avanzada y registro de síntomas. - MACTRA 3–5 sesiones semanales enfocadas en reducción del craving.

**FASE 3 (DÍAS 31–60): REHABILITACIÓN INTENSIVA Y REENTRENAMIENTO COGNITIVO** Objetivos clínicos: - Reestructuración cognitiva. - Consolidación de hábitos saludables. - Reducción significativa de impulsividad.

Intervenciones: - Psicoterapia intensiva para creencias nucleares y regulación emocional. - Trabajo profundo en autoestima, trauma y habilidades sociales. - Módulo avanzado “Conoce tu cuerpo”: identificación de detonantes, estados internos y mapa personal de riesgo. - Técnicas de respiración combinadas con atención plena. - MACTRA en dosis terapéuticas de mantenimiento: mejora del autocontrol, reducción de craving y estabilización emocional.

**FASE 4 (DÍAS 61–90): AUTONOMÍA Y PREVENCIÓN DE RECAÍDAS** Objetivos clínicos: - Dotar a la paciente de herramientas sostenibles. - Preparación para la vida fuera de la clínica. - Fortalecimiento de la motivación y el proyecto vital.

Intervenciones: - Plan personalizado de prevención de recaídas. - Integración final del programa “Conoce tu cuerpo”: reconocimiento de señales tempranas, autocuidado y gestión emocional. - Técnicas de regulación aplicadas a escenarios reales. - MACTRA en frecuencia descendente como fase de consolidación neuroplástica. - Coordinación con el equipo externo de seguimiento ambulatorio.

**DESCRIPCIÓN TÉCNICA DE MACTRA (ESTIMULACIÓN MAGNÉTICA TRANSCRANEAL)** MACTRA se basa en la aplicación de Estimulación Magnética Transcraneal repetitiva (rTMS) sobre áreas cerebrales vinculadas al autocontrol, regulación emocional y craving. Se dirige especialmente a la corteza prefrontal dorsolateral, cuya actividad suele estar disminuida en pacientes con trastornos adictivos.

Fundamentos técnicos: - Técnica no invasiva. - Modulación de circuitos fronto-límbicos. - Inducción de neuroplasticidad terapéutica. - Sin riesgo de dependencia.

Objetivos clínicos de MACTRA: 1. Reducir craving e impulsividad. 2. Mejorar autocontrol ejecutivo. 3. Estabilizar ánimo y ansiedad. 4. Potenciar la eficacia de psicoterapia y psicoeducación. 5. Facilitar la consolidación de nuevos hábitos neuronales.

Ventajas clínicas: - No requiere anestesia. - Sesiones de 15–30 minutos. - Efectos secundarios leves. - Elevada compatibilidad con intervenciones psicológicas. - Mejor pronóstico a largo plazo en adicciones resistentes.

**INTEGRACIÓN DE MACTRA EN EL PROGRAMA DE 90 DÍAS** - Fase 1: Introducción, reducción de ansiedad. - Fase 2: Aplicación regular para disminuir craving. - Fase 3: Consolidación neuroplástica para fortalecer control ejecutivo. - Fase 4: Sesiones de mantenimiento para prevención de recaídas.

**CONCLUSIÓN** Este protocolo de 90 días ofrece una estructura completa basada en evidencia científica actual. La combinación de psicoterapia estructurada, psicoeducación, técnicas de regulación emocional y MACTRA optimiza la rehabilitación, mejora la neuroplasticidad, reduce la probabilidad de recaídas y favorece la autonomía clínica del paciente.

Todas las intervenciones farmacológicas deben ser supervisadas exclusivamente por el equipo médico responsable.