

# Capítulo 7

## Cómo buscar ayuda/tratamiento



**Si usted, su hijo o alguien a quien cuida tiene dificultades con el consumo de sustancias, ya sea por abuso, dependencia o adicción, existen muchos tratamientos altamente efectivos disponibles.**

### 1. Consulte a un profesional de salud mental calificado.

Solo un profesional puede diagnosticar un trastorno por consumo de sustancias. También podrá ayudarlo a comprender cómo hablar sobre el consumo de sustancias de una manera que incite a la franqueza en lugar de poner a su hijo a la defensiva.

### 2. Comprenda cuáles son las alternativas disponibles.

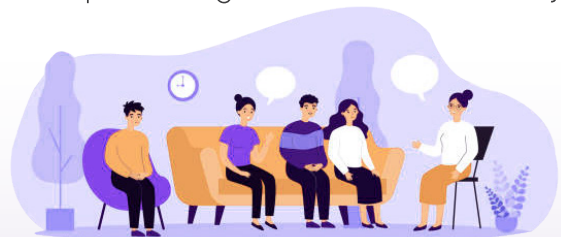
Existen varios tipos de tratamientos y programas de prevención, y el que elija dependerá de su situación. Usted y su hijo conocen mejor los detalles de su contexto y deben tener conversaciones francas y honestas con un médico al elegir una de las opciones de tratamiento intensivas que se detallan a continuación.

a. A menudo existen **programas de prevención** dentro de las oficinas de servicios para jóvenes de una ciudad, escuelas locales, bibliotecas públicas u otros grupos orientados a los jóvenes. Estos programas sirven para todos los jóvenes y, como su nombre indica, se enfocan en prevenir el consumo indebido, la dependencia y la adicción a sustancias. A menudo cuentan con profesionales de la prevención capacitados en el campo que promueven estilos de vida libres de drogas para los jóvenes a través de eventos, programas extracurriculares y talleres o sesiones educativas. A menudo ofrecen programas e información para padres y acompañantes: vale la pena buscar uno cerca de usted.

b. El **tratamiento ambulatorio** puede realizarse en el hogar o en un consultorio médico, pero tiene un enfoque específico en reducir y eliminar el consumo de sustancias. Si sabe que su hijo está experimentando con sustancias o consumiendo drogas con regularidad, este es un buen lugar para comenzar. El personal del centro de tratamiento puede ayudarlo a identificar el nivel de atención adecuado para su hijo.

c. El **tratamiento intensivo para pacientes ambulatorios** a menudo se realiza en el hogar varias veces por semana. Estos programas de tratamiento ayudan a los jóvenes que consumen sustancias a permanecer en la comunidad con un sistema de apoyo social completo, pero los invitan a pensar para llegar a la causa raíz del consumo y reemplazar esas conductas por mecanismos de afrontamiento efectivos no relacionados con las sustancias.

d. El **tratamiento residencial** se lleva a cabo fuera del hogar y la comunidad, a menudo con el propósito de modificar el entorno del niño y reducir los factores desencadenantes, las tentaciones y las situaciones poco saludables. Estos programas son especialmente eficaces para los jóvenes que no han tenido éxito en los programas de tratamiento ambulatorio, a cuyos acompañantes les cuesta supervisar sus conductas o en los casos en que el riesgo de sobredosis es mayor.



### 3. Sea consecuente con las decisiones que toma.

Todas las investigaciones del mundo no ayudarán a su hijo a menos que las ponga en práctica. Comuníquese con alguien que lo comprenda y lo apoye, pero tome las acciones que sean necesarias.



Puede resultar abrumador elegir un programa de tratamiento, especialmente si su hijo se resiste a la necesidad. Tenga en cuenta los efectos agravantes del consumo de drogas en la mente y el cuerpo en desarrollo, y recuerde que la recuperación es absolutamente posible. Los profesionales de la prevención a menudo comprenden mejor que nadie que la persona que consume sustancias para hacer frente a los desafíos de la vida debe querer recuperarse y que a veces ese deseo dura muy poco tiempo. Incluso si no elige una opción de tratamiento de inmediato porque su hijo aún no está listo, tener estos detalles resueltos con anticipación puede facilitar el proceso cuando decida que es el momento.



## LISTA DE COMPROBACIÓN para la evaluación del tratamiento

No todos los tratamientos son iguales. La siguiente lista de verificación representa las recomendaciones del Journal of American Medical Association (Brannigan, et al. 2004) y puede ayudarlo a decidir entre los diferentes centros de tratamiento. Específicamente, cuando se decida por un centro de tratamiento intensivo ambulatorio o residencial, utilice las siguientes preguntas para entrevistar a los posibles proveedores. Tome buenas notas y revíselas con su hijo para decidir.

- ✓ ¿Este programa está acreditado por la Comisión de Acreditación de Instalaciones de Rehabilitación (CARF) y/o la Comisión Conjunta de Acreditación de Organizaciones Sanitarias (JCKO)?
- ✓ ¿Este programa realiza evaluaciones de admisión integrales que cubran todos los aspectos de la vida de un niño, incluidos posibles problemas de salud mental concurrentes, funcionamiento familiar, problemas médicos, discapacidades de aprendizaje y otros?
- ✓ ¿El tratamiento es integral y también ofrece apoyo para todas las áreas de la vida del niño?
- ✓ ¿La familia tendrá participación en el tratamiento?
- ✓ ¿El programa está dirigido específicamente a adolescentes para abordar sus necesidades de desarrollo únicas?
- ✓ ¿Qué métodos emplea el programa para incentivar la participación y retener a los participantes? ¿Hay confianza entre el personal y los participantes?
- ✓ ¿Qué calificaciones debe tener el personal? ¿Están capacitados en el desarrollo de los adolescentes, el tratamiento por el consumo de sustancias y el tratamiento de enfermedades mentales concurrentes?
- ✓ ¿El programa se adapta a distintas diferencias culturales y de género? Si es así, ¿de qué manera lo hace?
- ✓ ¿Qué recursos de atención continua ofrecerá el programa, la familia o la comunidad?
- ✓ ¿Cuáles son los resultados del tratamiento que ofrece el programa y cómo se miden?