

# Libro electrónico sobre Tratamiento

Cómo encontrar la ayuda correcta  
para su hijo con un problema de  
drogas o alcohol



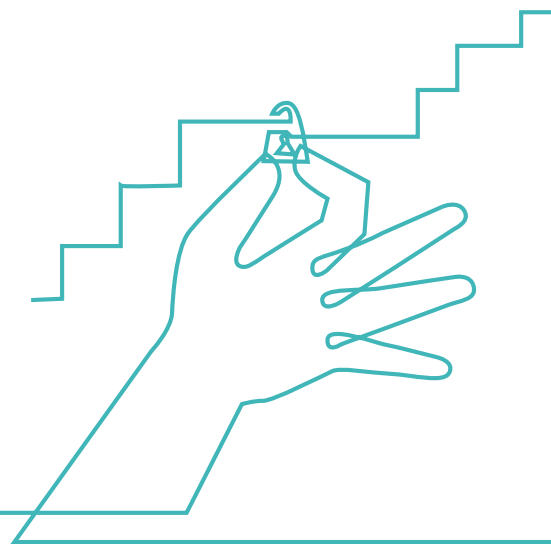
INCLUYE LAS RESPUESTAS A ESTAS PREGUNTAS

- ¿Qué es un tratamiento para el abuso de sustancias?
- ¿Cómo encuentro el tratamiento correcto para mi hijo?
- ¿Cómo pago el tratamiento?
- ¿Cómo hago para que mi hijo inicie el tratamiento?
- ¿Qué puedo hacer para sobrellevarlo mejor?

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

Este libro electrónico le brinda información acerca del tratamiento para el abuso de drogas y alcohol en adolescentes y jóvenes adultos y le ayudará a obtener el cuidado más adecuado para su hijo y su familia. Aprenderá qué es un tratamiento de drogas y alcohol, cómo encontrar el tipo correcto de tratamiento para su hijo, cómo pagar el tratamiento y la importancia del cuidado que les da a su hijo y su familia.



# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Índice

Parte I: ¿Qué es un tratamiento?.....	p 4
Parte II: ¿Cómo encuentro el tratamiento correcto para mi hijo?.....	p 5
Paso 1: Aprender usted mismo .....	p 6
Paso 2: Hacerse un chequeo y una evaluación profesional en profundidad.....	p 9
Paso 3: Red.....	p 10
Paso 4: Comprender cada tipo de tratamiento disponible.....	p 11
Paso 5: Ubicación geográfica.....	p 21
Paso 6: Hacer llamadas, hacer preguntas,.....	p 24
Parte III: Pagar el tratamiento.....	p 27
Parte IV Cómo hacer para llevar a su hijo al tratamiento.....	p 29
Parte V: Cuidarse usted mismo.....	p 32
Parte VI: Asesoramiento experto de otros.....	p 32
Es bueno saber	
Niveles de cuidado según la ASAM.....	p 7
Preguntas frecuentes acerca de las evaluaciones.....	p 8
Trabajo en red Cómo acercarse a otros para recibir ayuda.....	p 11
Terapia familiar.....	p 23
Beneficios de salud mental e igualdad.....	p 27
Trastornos concurrentes.....	p 28
Recurso ignorado: Administrador de caso asignado por el seguro.....	p 29
Hemos estado en lista de espera...¿Y ahora qué?.....	p 31
¿Quién debería llevar a mi hijo al tratamiento?.....	p 32

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Una nota acerca de este libro electrónico

Antes de comenzar a leer este libro electrónico debería saber que muchos adolescentes y jóvenes adultos que desarrollan problemas con el alcohol o las drogas tienen factores de riesgo mientras que otros jóvenes no los tienen. Algunos factores de riesgo comunes incluyen:

- Adicción en la familia
- Enfermedad mental concurrente como depresión, trastorno bipolar y ansiedad
- Trauma como una muerte en la familia, divorcio o antecedentes de abuso sexual, físico o emocional
- Transiciones difíciles como mudarse a una nueva comunidad, cambiar de escuela o un cambio en la composición familiar

Es importante conocer estos factores de riesgo cuando busca ayuda para su hijo, de esta manera podrá entender por qué y cómo su hijo ha desarrollado su problema con el alcohol o las drogas. Este no es el momento de decir: "Si tan solo..."

Ahora necesita poner su energía en aprender usted mismo y obtener la mejor ayuda posible para su hijo y su familia.

Está tomando un primer paso inteligente al leer este libro electrónico. Este libro lo convertirá en un instruido defensor de su hijo y lo ayudará a encontrar el mejor tratamiento para el abuso de sustancias para que pueda volver a encaminar su vida y su familia pueda comenzar el proceso de sanación.



# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Mi hijo tiene un problema con el alcohol o las drogas y puede necesitar un tratamiento

Si la oración anterior es verdadera, entonces ha venido al lugar indicado.

Aceptar que su hijo adolescente o joven adulto necesita ayuda para su problema con las drogas o el alcohol puede llenarlo con una amplia variedad de emociones. Puede tener miedo por la salud de su hijo\* o estar enojado de que las cosas han llegado hasta este punto. Puede estar motivado de sumergirse en el proceso de encontrar un tratamiento, o puede que no tenga ni idea por donde comenzar. Pero independientemente de donde se encuentra emocional, mental o físicamente, este libro electrónico le proporcionará información y consejos útiles y realistas para ayudarlo a orientar a su hijo, y su familia, hacia la recuperación.

\*En este libro electrónico, la palabra "hijo" puede referirse a su hijo adolescente (12-17 años) o joven adulto (18-24 años). Sin embargo, por ley, su hijo es menor solo hasta los 18 años, y luego es un adulto legal.

### Parte I: ¿Qué es un tratamiento?

Cuando la mayoría de las personas escuchan el término "tratamiento para el abuso de sustancias", ellos piensan en la desintoxicación o un centro residencial. Pero en realidad, la desintoxicación no es un tratamiento y el tratamiento residencial es uno de los distintos tipos de opciones en tratamiento disponibles para alguien con un problema de abuso de drogas. Mientras lee este libro electrónico, descubrirá que el tratamiento para el abuso y la dependencia del alcohol o las drogas en realidad es un conjunto de servicios.

El tratamiento se realiza en una variedad de entornos, en diferentes formas, y en diferentes plazos de tiempo. Existen muchas drogas adictivas, aún así el enfoque de tratamiento para la adicción es generalmente similar, independientemente del tipo de sustancia a la que sea adicto su ser querido. Sin embargo, el tratamiento generalmente es personalizado hasta cierto grado, en base a las características del paciente. Los programas de tratamiento generalmente tratan problemas sociales, emocionales, psicológicos y físicos de la persona, además de su consumo de drogas o alcohol.

Desafortunadamente, cuando se trata del abuso o dependencia al alcohol u otras drogas, como con otras enfermedades de salud, no hay garantías de recibir el tratamiento perfecto, y a menudo es difícil acceder a un "tratamiento de calidad."

La adicción es una enfermedad crónica pero manejable, al igual que la diabetes o el asma. Como es una enfermedad crónica y recurrente, no debería pensar en un tratamiento como una manera de "curar" a su ser querido. Debería tomar al tratamiento como un primer paso para ayudar a su hijo a que aprenda a controlar su abuso y dependencia a las drogas.

Nuestra línea de asistencia gratis para los padres:  
1-855-DRUGFREE (1-855-378-4373)  
drugfree.org

En el libro electrónico utilizamos el término abuso y dependencia. Los profesionales médicos y los proveedores de tratamientos pueden utilizar otros términos como trastorno por uso de sustancias.



# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

Para los jóvenes, un tratamiento exitoso es abstinencia completa de todas las sustancias adictivas, como también una mejora constante en cuanto al bienestar emocional, físico y mental y el funcionamiento social.

Cuando busca tratamientos para el abuso de sustancias para su hijo, probablemente tenga que ajustar su perspectiva y forma de pensar. A continuación incluimos algunos consejos mientras inicia este difícil recorrido:

Reconsidere la forma en que mide el éxito. En el pasado, probablemente esperaba que su hijo tenga un 100% de asistencia escolar o que obtenga una A en todos los exámenes. Pero cuando se trata de un tratamiento para el abuso de sustancias, las cifras que indican un "índice de éxito" o "efectividad" lucen un poquito diferentes. Como un problema con las drogas en un adolescente o adulto joven puede estar caracterizado por posibles recaídas, someterse a un tratamiento una sola vez podría no ser suficiente para mantenerlo/a alejado/a de las drogas. Las recaídas no significan que el tratamiento no funcionó. Como con todas las enfermedades crónicas, las recaídas generalmente son parte de ponerse mejor.

Recuerde que lo que funciona para un chico, puede no funcionar para otro. A estas alturas, quizás haya oído acerca de un par de enfoques diferentes para obtener ayuda con un problema de drogas o alcohol. No hay un solo tratamiento para el abuso de sustancias que se adapte a todas las personas. Su hijo puede no responder a un programa de tratamiento que funcionó realmente bien en otra persona. Alternativamente, su hijo puede trabajar bastante bien en un programa que no funcionó en otra persona. Lo que funciona para una persona puede no funcionar para su hijo. Diferentes enfoques de tratamientos ayudan a diferentes tipos de personas. Antes de tomar una decisión sobre cómo obtener ayuda para su hijo, lea este libro electrónico que lo ayudará a comprender cuáles son las opciones de su familia.

## Reconozca lo que está pasando como padre.

A estas alturas, puede estar enojado, asustado, decepcionado e inseguro sobre lo que tiene que hacer. Todos estos sentimientos son normales. Es importante que sepa que debería recibir ayuda para usted y su familia, como también para su hijo que tiene un problema de abuso de sustancias.

## ¿Realmente tengo que hacer algo acerca del consumo de drogas o alcohol de mi hijo?

Podría estarse preguntando: ¿Mi hijo realmente necesita ayuda especial? A menudo, cuando un padre descubre que su hijo está abusando del alcohol o las drogas, su hijo probablemente ya lo viene haciendo desde hace tiempo. Y el problema podría incluso ser más grave de lo que los padres creen al principio. Por lo tanto, es importante que los padres aprendan sobre los tratamientos de dependencia al alcohol y las drogas y la recuperación, para que puedan tomar las medidas adecuadas. Mientras más comprendan los padres acerca de este tema, mayores son las probabilidades de su hijo de retomar el control de su vida.

## Parte II: ¿Cómo encuentro el tratamiento correcto para mi hijo?

Existen seis pasos importantes que deben tomar para recibir el tratamiento correcto para su hijo.

A lo largo del camino, aprenderá sobre el abuso de sustancias en adolescentes y jóvenes adultos, aprenderá sobre la importancia de realizarse un chequeo y una evaluación en profundidad, sobre la importancia del trabajo en red cuando busca ayuda para un problema de salud, sobre los diferentes entornos y tipos de tratamiento para el abuso de sustancias, y aprenderá los tipos de preguntas que debería hacerles a los proveedores de tratamientos cuando busca un programa de tratamiento para el abuso de sustancias.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

Los seis pasos son:

Paso 1: Aprender usted mismo

Paso 2: Chequeo y evaluación profesional en profundidad

Paso 3: Trabajo en red

Paso 4: Entornos de tratamiento, tipos de tratamiento, apoyos y servicios de recuperación disponibles.

Paso 5: Ubicación geográfica

Paso 6: Realizar llamadas y hacer preguntas

Deberá aprender usted mismo para comprender en que consiste la calidad del tratamiento para el abuso de sustancias en adolescentes. Debe permanecer con la mente abierta y no renunciar. El problema de su hijo no se resolverá de la noche a la mañana. Pero si usted aprende sobre el tema estará ayudando a su hijo a retomar su vida antes de lo que se imagina.

## Paso 1: Aprender usted mismo

Una de las cosas más importantes que puede hacer para ayudar a su hijo es aprender usted mismo sobre el abuso y la dependencia al alcohol y las drogas y aprender qué es un tratamiento para el abuso y la dependencia. Leer esta guía es un primer paso inteligente. Debe aprender qué preguntas debe hacer sobre los programas (cuando usamos la palabra “programa” incluye todos los entornos de tratamiento, como paciente ambulatorio, hospitalizado y residencial), para averiguar si ese programa se adapta a su hijo y a su familia. Debe aprender en que consiste un tratamiento para adolescentes de buena calidad; los tipos de programas disponibles y los servicios que ayudarán a que su hijo mejore. Si aprende usted mismo, se convertirá en un consumidor informado, le ahorrará tiempo y dinero y debería ayudar a su hijo a ponerse mejor más pronto.

Las investigaciones han demostrado que hay nueve elementos clave que son importantes para que los programas de tratamiento para el abuso de sustancias en adolescentes sean efectivos. De acuerdo con Drug Strategies (Estrategias de Drogas),<sup>1</sup> estos elementos incluyen:

- 1. Chequeo y evaluación integral:** — Para garantizar la comprensión de la gama completa de temas con los cuales su hijo y su familia puedan necesitar ayuda.<sup>2</sup>
- 2. Servicios integrales:** — Para abordar no solo el problema de abuso de sustancias de su hijo, sino también cualquier problema médico, de salud mental, familiar o educativo con el que su hijo pueda necesitar ayuda.
- 3. Participación familiar en el tratamiento:** — La participación de los padres en el tratamiento y la recuperación de su hijo aumenta el éxito del tratamiento.
- 4. Servicios y terapias apropiadas para adolescentes:** — Para abordar las diferentes necesidades y capacidades de los adolescentes.
- 5. Estrategias e intervenciones para involucrar y mantener a los adolescentes en el tratamiento:** — Para ayudar a los adolescentes a reconocer el valor de recibir ayuda para su problema de abuso de sustancias.
- 6. Personal calificado:** — El personal debería tener conocimiento y experiencia trabajando con adolescentes/jóvenes adultos con problemas de abuso de sustancias y sus familias.

1. Drug Strategies (2003). Tratamiento de adolescentes: Una guía de Programas sobre drogas en adolescentes.

2. SAMHSA Screening and Assessing Adolescents for Substance Use Disorders (Chequeo y evaluación de adolescentes por trastornos en el uso de sustancias) (TIP 31) Disponible: <http://store.samhsa.gov/product/TIP-31-Screening-and-Assessing-Adolescents-for-Substance-Use-Disorders/SMA12-4079>

**7. Consideración de las diferencias culturales y de género** — Esto es importante porque quiere que su hijo esté lo más cómodo posible.

**8. Cuidado posterior** — Los programas deberían planificar el cuidado después de que finaliza el programa de tratamiento formal para garantizar apoyo y una recuperación exitosa.

**9. Recopilación de información para medir resultados y éxito del programa** —

Si bien las evaluaciones formales son costosas y atípicas, los programas deberían medir el progreso de los pacientes.

## ¿Existe alguna diferencia entre el tratamiento para adolescentes y adultos por un problema de abuso de sustancias?

Sí, existen diferencias clave entre el tratamiento para adultos y para adolescentes, y el tratamiento diseñado para adultos no será tan efectivo para un adolescente o joven adulto.

¿Por qué? Los adolescentes necesitan diferentes tipos de servicios y tienen diferentes experiencias de abuso de drogas o alcohol. Los adolescentes aún se están desarrollando física, emocional y psicológicamente y lo más importante es que sus cerebros aún no están completamente desarrollados. Por lo tanto, el abuso de alcohol o drogas puede ser especialmente perjudicial para los adolescentes y jóvenes adultos que no han terminado de madurar física o emocionalmente. Y es importante que los programas para adolescentes incluyan a la familia en el proceso de tratamiento y que el personal esté capacitado en desarrollo adolescente.

El tratamiento para adolescentes está más enfocado en representar comportamientos, la dinámica familiar, la educación, separando de manera apropiada al adolescente de su familia, y de los problemas de sus pares. Para los programas diurnos, se proporciona enseñanza escolar interna. Los programas de adolescentes utilizan habitualmente terapia grupal ya que los adolescentes se enfocan en sus pares, y responden bien ante la dinámica de grupo.

Si bien hay varios programas de tratamiento exclusivamente para jóvenes adultos (de 18 a 25 años), hay algunos programas para adultos que se especializan en este grupo etario. Y algunos programas de tratamiento para adolescentes aceptarán a jóvenes adultos hasta la edad de 25 años. Depende del programa, por lo tanto sugerimos que llame a los programas para adolescentes para averiguar el umbral de edad que aceptan. Si no este grupo etario es tratado dentro de programas para adultos que podrían no ser adecuados.

### Sociedad Estadounidense de Medicina de Adicciones (ASAM, por sus siglas en inglés) Niveles de cuidado

Existen cinco amplios niveles de cuidado a los cuales podría ser asignado su hijo, dependiendo de los resultados de la evaluación.<sup>3</sup>

- Nivel 0.5: Servicios de intervención temprana
- Nivel I: Tratamiento ambulatorio
- Nivel II: Servicios de hospitalización parcial / ambulatorios intensivos
- Nivel III: Servicios de tratamiento residencial / para pacientes hospitalizados
- Nivel IV: Tratamiento intensivo para pacientes hospitalizados médicamente controlado

3. ASAM Se encuentran disponibles los criterios de colocación de pacientes: <http://www.asam.org/PatientPlacementCriteria.html>



## Preguntas frecuentes acerca de las evaluaciones

### 1. ¿Cuál es el objetivo de una evaluación?

El objetivo de una evaluación es obtener una visión integral de los problemas de su hijo para asegurarse de que él o ella sean derivados al tipo correcto de tratamiento.

### 2. ¿Quién debería llevar a cabo una evaluación? ¿Y quién más podría ayudar si la persona con la certificación apropiada NO está disponible?

En teoría, un psiquiatra especialista en adicciones o un profesional en adicciones certificado por la Sociedad Estadounidense de Medicina de Adicciones (ASAM) debería llevar a cabo el chequeo y la evaluación. Sin embargo, este tipo de profesional podría no estar disponible para usted. En ese caso, busque un consejero certificado en abuso de drogas o salud mental con experiencia clínica de trabajo con adolescentes, o un consejero de salud mental general. El punto importante es asegurarse de que trabaje con un profesional para evaluar la situación y determinar los siguientes pasos en el cuidado de su hijo. En teoría, la persona que lleva a cabo la evaluación debería tener al menos una maestría en el campo de la salud mental (como un trabajador social o un consejero de salud mental).

### 3. ¿En qué debería consistir una evaluación?

Una evaluación debería incluir el uso de al menos un instrumento estandarizado, ya sea como entrevista o autoadministrado. El contenido de la evaluación debería cubrir:

- a. Fortalezas y competencias del adolescente/joven adulto
- b. Consumo de sustancias (se incluyen antecedentes y signos de abuso y dependencia)
- c. Verse involucrado con el Sistema de Justicia para Menores
- d. Historial de tratamiento
- e. Rendimiento escolar
- f. Relaciones con los pares
- g. Entorno familiar (se incluyen prácticas de responsabilidad parental y funcionamiento familiar)
- h. Salud física
- i. Salud mental (Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad [ADHD, por sus siglas en inglés], trastorno de conducta, trastorno negativista desafiante, ansiedad, depresión)

Identificar las fortalezas y las competencias del adolescente, además de los problemas, ayudará al médico clínico a establecer objetivos para el cliente y aprovechar los recursos para ayudarlo con el tratamiento y el proceso de recuperación.

### 4. ¿Cómo sé si la evaluación está haciendo las preguntas correctas?

Utilice la lista anterior para preguntarse si todas las áreas enumeradas anteriormente están cubiertas en la evaluación. Asegúrese de que el profesional esté utilizando una herramienta o instrumento estandarizado para mejorar las probabilidades de ubicación en el tratamiento adecuado.

### 5. ¿Cuál es la diferencia entre una admisión, un chequeo y una evaluación?

**Admisión:** Este es el primer contacto con el proveedor del tratamiento y es una oportunidad en que se lleva a cabo un chequeo o una evaluación completa. En la admisión, comenzará a completar todo el papeleo necesario para inscribir a su hijo en el tratamiento de abuso de sustancias.

**Chequeo:** Proceso de evaluación más corto, generalmente menos de 30 minutos; idealmente se utiliza para determinar si una persona necesita una evaluación completa. Un chequeo le brindará una indicación pero no un diagnóstico definitivo. Algunos proveedores pueden utilizar un simple análisis de orina como la única herramienta de chequeo y esto no se considera como un chequeo adecuado. Un profesional altamente capacitado no necesita administrar un chequeo. Si un joven da positivo en un chequeo de trastorno por uso de sustancias o problema de salud mental, debe alertar al médico clínico para que investigue más. Puede ser considerado como un primer paso.

**Evaluación:** Generalmente se refiere a una evaluación completa o más integral, de aproximadamente 60 minutos o más. Debería ser integral como se describe anteriormente y realizada por un profesional calificado. Es importante comprender que una evaluación de una sesión o incluso de dos sesiones al inicio o antes del tratamiento, sin importar cuán integral sea, no es suficiente. Un buen programa y un buen consejero deberían estar evaluando y ajustando el plan de tratamiento según sea necesario a lo largo del tratamiento. Al Dr. Howard Liddle siempre le gusta recordarnos que "Cada tratamiento es una intervención, y cada intervención es una evaluación".

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## **Paso 2: Hacerse un chequeo y una evaluación profesional en profundidad.**

Es esencial que una persona calificada le realice un chequeo y una evaluación en profundidad a su hijo.

Aquí le mostramos cómo funciona el proceso de chequeo y evaluación:

**Primero:** Su hijo debería realizarse un chequeo. El chequeo le brinda una visión rápida del problema con el uso de sustancias de su hijo y ayuda a determinar si su hijo necesita una evaluación adicional.

**Segundo:** Si ese chequeo determina que su hijo tiene un problema, el siguiente paso es que su hijo reciba una evaluación profesional completa. Una evaluación en profundidad debería evaluar los problemas educativos de su hijo (es decir, problemas de aprendizaje), problemas familiares, problemas con el uso de sustancias, problemas legales, problemas de salud mental (como depresión, ansiedad, trastorno de conducta, Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad [ADHD, por sus siglas en inglés]), y cualquier problema médico/físico.

Mientras siga leyendo a continuación, podrá observar que la evaluación no solo busca problemas con el alcohol o las drogas, también ayuda a determinar si hay problemas educativos, familiares, médicos y salud mental.

Los resultados de una evaluación integral completa ayudarán al profesional del tratamiento especializado en abuso de sustancias a determinar el nivel de cuidado que su hijo necesita, incluso el grado de intensidad que necesitan los servicios y cuánto tiempo debe estar su hijo bajo cuidado profesional. Los profesionales en el campo se refieren a esto como Criterio de ubicación de pacientes de la Sociedad Estadounidense de Medicina de Adicciones (ASAM, American Society of Addiction Medicine). Las pautas de la ASAM ayudan a asignar el nivel y el tipo de cuidado apropiados que necesitan las personas.

**“Una evaluación representa una visión bastante integral de lo que está sucediendo con su hijo” afirma Amelia Arria, Ph.D.**

Una evaluación debería ser un examen exhaustivo del nivel de consumo de drogas y alcohol, de la salud mental y física del paciente, como así también de sus antecedentes familiares, médicos y personales.

**“Podría incluir una evaluación de la dinámica familiar, la educación y salud mental del paciente para ver si hay algún trastorno psiquiátrico subyacente, el cual tiene su inicio en la adolescencia temprana y generalmente precede a los problemas de alcohol y drogas”, explica la Dra. Arria.**

Una evaluación ayuda a determinar:

- 1) Cuán grave es el problema de su hijo.
- 2) El nivel de tratamiento que necesita su hijo (por ejemplo: intervención temprana, tratamiento ambulatorio/tratamiento intensivo ambulatorio/hospitalización parcial, servicios residenciales/para pacientes hospitalizados, consulte el siguiente cuadro para obtener más información).
- 3) Los tipos de servicios que necesita su hijo.

El objetivo de la evaluación es ayudar a comprender cómo está funcionando el paciente, su calidad de vida y determinar el tipo de programa que necesita.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

Busque un profesional que pueda realizarle un chequeo y una evaluación a su hijo.

Para encontrar una clínica o profesional que pueda realizarle a su hijo un chequeo y una evaluación, contáctese con su organismo estatal único encargado de los servicios de abuso de sustancias en <http://www.samhsa.gov/sites/default/files/ssadirectory.pdf> o llame a SAMHSA al 1-800-662-HELP (4357).

Cada estado y territorio de los Estados Unidos ofrece información y apoyo para trastornos por uso de sustancias a través de una oficina local del gobierno. Estas oficinas son conocidas como organismos estatales únicos y ofrecen información y apoyo para las personas que buscan ayuda por una enfermedad de salud mental. Los organismos estatales únicos pueden ser agencias independientes o pueden formar parte de un departamento más grande, como el departamento de salud mental o salud pública. Estas agencias pueden ayudarlo a encontrar clínicas y profesionales en su área que pueden llevar a cabo chequeo y evaluaciones sobre abuso de sustancias.<sup>4</sup> Un buen lugar para comenzar es buscando en el sitio web del organismo estatal único.

## Beneficios de salud mental e igualdad

### 1. La buena noticia es que 46 estados actualmente tienen leyes que requieren cobertura (de diversos grados) para los servicios de salud mental.

Existen aproximadamente tres categorías de cobertura en los estados: Leyes de igualdad para la salud mental o cobertura igualitaria: Estas leyes prohíben a las aseguradoras o planes de servicio de atención médica que discriminen entre una cobertura para enfermedad mental, enfermedad mental grave, abuso de sustancias y otros trastorno/enfermedades físicas (como enfermedad cardíaca o diabetes). Esto significa que usted tiene derecho al mismo nivel de beneficios para servicios por enfermedad mental, enfermedad mental grave o abuso de sustancias que obtiene para otros trastorno/enfermedades físicas.

El funcionamiento exacto varía según el estado. Haga clic aquí para encontrar el tipo de cobertura requerido en su estado.

<http://www.ncsl.org/default.aspx?tabid=14352.5><sup>5</sup>

### 2. Leyes sobre beneficios mínimos obligatorios de salud mental:

States with these laws require some level of coverage to be provided for mental illness, serious mental illness, and substance abuse services. Although insurers are allowed to discriminate under these laws and provide less or different type of coverage for mental illness, serious mental illness, or substance abuse services some coverage is required.

### 3. Mandated Mental Health Offering Laws:

Los estados con estas leyes requieren que se proporcione cierto nivel de cobertura para servicios por enfermedad mental, enfermedad mental grave o abuso de sustancias. Si bien las aseguradoras tienen permitido discriminar bajo estas leyes y proporcionar menos o diferentes tipos de cobertura para servicios por enfermedad mental, enfermedad mental grave o abuso de sustancias, igual se requiere cierta cobertura.

## Paso 3: Trabajo en red.

Uno de los primeros, y más útiles, pasos que puede seguir para encontrar ayuda para su hijo es hablar con las personas que lo rodean.

Puede pensar que debería mantener el problema de drogas o alcohol de su hijo en secreto, pero no es así. La adicción es una enfermedad crónica, no un defecto moral de su parte o de parte de su hijo. Siempre téngalo en cuenta, y sepa que las personas a las cuales les esconde su problema podrían ser las mismas personas que pueden brindarle un buen consejo o conectarlo con la ayuda que necesita.

Y nuevamente, tenga en cuenta que lo que funciona para un chico o familia, puede no funcionar para otro. Amigos, parientes, profesionales médicos y otros padres que han estado en su misma situación podrían tener buenos consejos o experiencias para compartir, pero en definitiva, usted conocer mejor a su hijo.

4. SAMHSA (2009). Directorio de organismos estatales únicos disponible en <http://www.samhsa.gov/sites/default/files/ssadirectory.pdf>

5. Conferencia Nacional de Legisladores Estatales

## Trabajo en red: Cómo acercarse a otros para recibir ayuda

1. ¿Conoce a alguien que haya tenido una experiencia similar con su propio hijo? Comience contactándose con su familia y amigos, como también con otras personas que conoce de su trabajo, vecindario, comunidad religiosa, etc., que tengan experiencia en recibir ayuda para alguien con un problema de abuso de sustancias.
2. Piense en quien puede ayudarlo realmente. Incluso si su familia y amigos no tienen experiencia específicamente con el abuso de sustancias, pueden apoyarlo y ayudarlo a seleccionar un programa, hablar de sus miedos, enojo, preocupaciones, o simplemente estar allí para usted mientras toma decisiones difíciles. El trabajo en red no solo lo ayudará para que pueda apoyar a su hijo, sino que también lo ayudará a no sentirse tan solo y le brindará apoyo.
3. Llame, envíe un correo electrónico y pregunte dónde y cómo hicieron estas otras personas para ayudar a sus hijos. ¿Conocen a alguien que tenga experiencia con un adolescente que necesita ayuda? ¿Conocen los programas para adolescentes?
4. Su compañía aseguradora también puede sugerir centros de tratamiento y brindarle un sentido de lo que tendrá cubierto.
5. Existen muchos recursos en línea disponibles para ayudarlo a entrar en contacto con expertos en abuso de sustancias y otros padres de adolescentes y jóvenes adultos que luchan con un problema de drogas o alcohol. Un ejemplo es nuestra línea de asistencia gratis para los padres: 1-855-DRUGFREE (1-855-378-4373).

### Paso 4: Comprender todos los recursos disponibles.

Existen muchas clases diferentes de servicios de tratamiento para el abuso de sustancias, y una clase que no conozca podría terminar siendo la mejor para su hijo. Y los servicios de tratamiento se llevan a cabo en una variedad de entornos de tratamiento, como paciente ambulatorio, hospitalizado y residencial. Antes de tomar una decisión, observe los siguientes cuadros que describen los diferentes servicios de tratamiento disponibles para alguien con un problema de abuso de sustancias.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

Es importante conocer las diferentes clases de servicios para que cuando tome una decisión en consulta con el profesional del tratamiento que se basa en la evaluación de su hijo, será un participante completamente informado de su decisión.

El **primero cuadro** describe los diferentes tipos de entorno de tratamiento que incluyen, tratamiento ambulatorio, tratamiento intensivo ambulatorio, tratamiento para paciente hospitalizado, tratamiento diurno (también conocido como hospitalización parcial) y tratamiento residencial.

El **segundo cuadro** describe los diferentes tipos de servicios de tratamiento que podría recibir mientras está en tratamiento por un problema de abuso de sustancias.

El **tercer cuadro** describe el cuidado posterior y proporciona algunos ejemplos de apoyo y servicios de recuperación disponibles para personas en recuperación por un problema de abuso de sustancias.

## Entornos de tratamiento para trastornos por uso de sustancias

ENTORNO DE TRATAMIENTO	DESCRIPCIÓN	HORAS*	INTENSIDAD	DURACIÓN	LO QUE DEBERÍA SABER
Tratamiento ambulatorio	El paciente generalmente asiste al tratamiento en un centro especializado pero vive en la casa.	Los adultos generalmente asisten al tratamiento 9 horas por semana o menos.	Baja a Media	Depende del progreso, los objetivos y el plan de tratamiento de la persona.	Se le puede solicitar a su hijo que asista al programa diariamente o semanalmente dependiendo de la gravedad de su abuso de sustancias.
	Muchos programas proporcionan servicios a la noche o los fines de semana para que la persona pueda seguir asistiendo a la escuela o el trabajo.	Los adolescentes generalmente asisten al tratamiento 6 horas por semana o menos.			
Tratamiento intensivo ambulatorio	El paciente asiste al tratamiento durante el día pero vive en la casa.	Los adultos generalmente asisten 9 horas por semana o más.	Media a Alta	Depende del progreso, los objetivos y el plan de tratamiento de la persona.	Para las personas que necesitan múltiples servicios, tienen alguna enfermedad médica o psicológica, o no han tenido éxito en el tratamiento ambulatorio.
	Puede requerir que el paciente asista hasta 20 horas de actividades de tratamiento por semana.	Los adolescentes generalmente asisten al tratamiento 6 horas por semana o más.			
	El tratamiento puede durar de 2 meses hasta un año.	Los pacientes generalmente reciben servicios de tratamiento 2 o 3 veces por semana durante dos o más hora cada oportunidad.			

\* Administración de servicios de salud mental y abuso de sustancias (2004). ¿Qué es un tratamiento para el abuso de sustancias? DHHS Publicación N.º (SMA) 04—3955.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Entornos de tratamiento para trastornos por uso de sustancias (continua)

ENTORNO DE TRATAMIENTO	DESCRIPCIÓN	HORAS*	INTENSIDAD	DURACIÓN	LO QUE DEBERÍA SABER
<b>Tratamiento diurno/ Hospitalización parcial</b>	<p>El paciente asiste al tratamiento durante el día pero vive en la casa.</p> <p>Los servicios de tratamiento se proporcionan de 4 a 8 horas por día.</p>	<p>El paciente generalmente asiste al tratamiento durante 20 horas o más por semana.</p>	<p>Media a Alta</p>	<p>Depende del progreso, los objetivos y el plan de tratamiento de la persona.</p>	<p>La mayoría de las familias utilizan programas de hospitalización parcial cuando el miembro de su familia necesita una experiencia de tratamiento intensiva y estructurada.</p> <p>El tratamiento diurno puede ser apropiado para pacientes con casos complejos que involucran enfermedades de salud mental concomitantes.</p>
<b>Residencial</b>	<p>Estos programas brindan servicios de tratamiento en un entorno residencial. Los programas pueden durar desde 1 mes hasta un año.</p>	<p>24 horas/día, 7 días/semana</p>	<p>Media a Alta</p>	<p>Depende del progreso, los objetivos y el plan de tratamiento de la persona.</p>	<p>Generalmente, los residentes atraviesan diferentes etapas mientras progresan a través del programa. Durante ciertas etapas, podría limitarse el contacto con su hijo.</p> <p>Pregunte acerca de las políticas y los procedimientos del programa.</p> <p>Pregunte si el programa proporciona servicios educativos y vocacionales.</p>

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Entornos de tratamiento para trastornos por uso de sustancias (continua)

ENTORNO DE TRATAMIENTO	DESCRIPCIÓN	HORAS	INTENSIDAD	DURACIÓN	LO QUE DEBERÍA SABER
Tratamiento para paciente hospitalizado	Tratamiento proporcionado en unidades especiales del hospital o clínicas médicas que ofrecen servicios de desintoxicación y rehabilitación.	24 horas/día, 7 días/semana	Alta	Depende del progreso, los objetivos y el plan de tratamiento de la persona.	No tan común como otros tipos de tratamiento.  Generalmente se utilizan para personas con graves enfermedades médicas o trastornos mentales.
Tratamiento asistido con medicación	<p>Tratamiento asistido con medicación para personas físicamente dependientes de las drogas.</p> <p>Los medicamentos están disponibles para personas dependientes de los opioides y el alcohol.</p> <p>La Terapia de mantenimiento mediante Opioides (OMT, por sus siglas en inglés) es para las personas dependientes a las drogas opiáceas como la heroína, oxicodona o vicodin.</p> <p>Se proporciona en un entorno de tratamiento ambulatorio especializado.</p>	N/D	N/D	N/D	<p>No hay tanta información disponible acerca de las terapias asistidas con medicación para adolescentes como para adultos.</p> <p>El programa de tratamiento debería proporcionar servicios junto con la medicación.</p>

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## SERVICIOS OFRECIDOS EN LOS PROGRAMAS DE TRATAMIENTO PARA ADOLESCENTES

La mayoría de los programas de tratamiento para adolescentes ofrecen los servicios de tratamiento que se enumeran en el siguiente cuadro. Si estos servicios no se ofrecen en el programa de su hijo, el personal debería ser capaz de ayudar a su familia a encontrarlos en otro lugar. Es importante que las personas con un problema de drogas o alcohol reciban una completa gama integral de servicios de tratamiento. Algunos ejemplos de servicios de tratamiento incluyen:

### Servicios ofrecidos en los Programas de tratamiento para el abuso de sustancias en adolescentes

SERVICIO DE TRATAMIENTO	DESCRIPCIÓN	POR QUÉ ES IMPORTANTE
<b>Chequeo</b>	<p>Proceso de evaluación más corto utilizado para determinar si una persona necesita una evaluación completa.</p> <p>Un chequeo le brindará una indicación pero no un diagnóstico definitivo.</p>	<p>Ayuda a determinar si su hijo necesita una evaluación. Aún si los resultados indican que su hijo no necesita una evaluación, esto hará que su hijo sepa que usted está al tanto de su problema con las drogas.</p>
<b>Evaluación</b>	<p>Un examen exhaustivo del alcance y la gravedad del consumo de drogas o alcohol, la salud mental y física de adolescente, el funcionamiento familiar, las necesidades educativas, y los antecedentes personales, médicos y familiares.</p>	<p>Para ayudar a comprender la gravedad del consumo de drogas o alcohol de su hijo, cómo está funcionando su hijo, su calidad de vida, sus necesidades educativas, y para determinar si el programa cuenta con los recursos para que su hijo reciba todo lo que necesita, o derivarlo si no pueden satisfacer sus necesidades.</p>
<b>Cuidado médico</b>	<p>Muchos de los síntomas médicos del adicto a sustancias pueden ser complicaciones del consumo de drogas y se eliminan después de un período de sobriedad, pero podría haber condiciones médicas subyacentes que contribuyen con el desarrollo de un abuso y dependencia a las drogas.</p>	<p>Los programas de tratamiento de calidad evalúan a los pacientes por problemas médicos poco después de la admisión y ofrecen el cuidado médico apropiado, que incluye la administración de los medicamentos si fueran indicados.</p>
<b>Plan de recuperación o tratamiento</b>	<p>Como con cualquier condición médica, si bien hay estándares de cuidado, es importante que se cree un plan de tratamiento individualizado para tratar las necesidades, objetivos, fortalezas y debilidades específicas de una persona. El tratamiento variará dependiendo de las características del paciente, el programa de tratamiento, la familia y el funcionamiento del paciente.</p>	<p>Los planes de tratamiento/recuperación pueden hacerse a medida para tratar todos los temas identificados en la evaluación y deben examinarse semanalmente a lo largo del tratamiento para identificar el progreso y las áreas que podrían necesitar atención adicional o más intensa. El plan debería comenzar desde el primer día de tratamiento y justificar los servicios clínicos necesarios durante el tratamiento formal, los servicios de cuidado posterior necesarios, y los servicios de recuperación necesarios cuando el paciente haya completado la etapa de especialidad formal del tratamiento.</p>



# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Servicios ofrecidos en los Programas de tratamiento para el abuso de sustancias en adolescentes (continua)

SERVICIO DE TRATAMIENTO	DESCRIPCIÓN	POR QUÉ ES IMPORTANTE
<b>Asesoramiento individual</b>	El asesoramiento consiste en la participación del paciente y el consejero en una sesión personal.	Permite a la persona explorar problemas y cuestiones personales con las cuales podría no sentirse cómodo discutiendo en un entorno grupal.
<b>Asesoramiento grupal</b>	Muchos programas ofrecen asesoramiento grupal como un componente del programa de tratamiento. El asesoramiento grupal generalmente consiste en 6 a 10 personas con uno o dos consejeros que facilitan la discusión.	Miembros del grupo discuten sus luchas, experiencias y problemas.
<b>Servicios basados en el hogar</b>	Los servicios de tratamiento para abuso de sustancias y salud mental que se proporcionan en el hogar del adolescente.	Algunos ejemplos de estos tipos de programas incluyen: Terapia Portátil para Adolescentes (APT, por sus siglas en inglés) y Terapia Familiar Multidimensional (MDFT, por sus siglas en inglés).
<b>Servicios educativos</b>	Clases adecuadas para su nivel de grado (o clases GED [diploma de equivalencia general]) para adolescentes que aún están en la escuela o adolescentes mayores que han abandonado la escuela secundaria.	Reduce la interrupción de la escuela, permite que la persona reciba su diploma de escuela secundaria o GED mientras está en tratamiento.
<b>Servicios vocacionales</b>	Los servicios determinan las habilidades vocacionales, las capacidades, los intereses y las necesidades de la persona. Se enseñan habilidades de trabajo, desarrollo de CV y otras capacidades de preparación laboral.	Ayuda a la persona a volverse independiente, a que aprenda habilidades importantes y responsabilidades y a buscar empleo como parte de su recuperación.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Servicios ofrecidos en los Programas de tratamiento para el abuso de sustancias en adolescentes (continua)

SERVICIO DE TRATAMIENTO	DESCRIPCIÓN	POR QUÉ ES IMPORTANTE
<b>Habilidades para la vida</b>	<p>Las habilidades para la vida enseñan a las personas:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Firmeza</li><li>• Comunicación</li><li>• Toma de decisiones</li><li>• Controlar la ansiedad</li><li>• Aprender alternativas saludables para un comportamiento de riesgo</li><li>• Reducir y prevenir los comportamientos de riesgo para la salud</li><li>• Planificación</li><li>• Resolución de problemas</li><li>• Habilidades de rechazo</li><li>• Relajación</li><li>• Control del estrés</li><li>• Control del tiempo</li><li>• Comprender las consecuencias del abuso de sustancias</li></ul>	<p>Las habilidades para la vida son herramientas conductuales diseñadas para ayudar a un adolescente o joven adulto a lidiar con el estrés y los desafíos de la vida diaria, desarrollar una mayor autoestima y controlar su proceso de recuperación.</p>
<b>Tratamiento para enfermedad mental</b>	<p>Si su hijo ha sido diagnosticado con una enfermedad mental concurrente, debería buscarle un programa de tratamiento que pueda tratar su enfermedad mental repetitiva o derivarlo a un profesional (por ejemplo, un psiquiatra) que tenga experiencia trabajando con adolescentes con enfermedades mentales.</p> <p>En teoría, el tratamiento para un problema de abuso de sustancias y una enfermedad mental están integrados. Si el proveedor de tratamiento no puede tratar tanto el trastorno por uso de sustancias como la enfermedad mental simultáneamente, los servicios de tratamiento deberían coordinarse con el proveedor de tratamiento para trastorno por uso de sustancias y el proveedor de tratamiento para enfermedad mental para coordinar servicios y cuidado.</p>	<p>Cuando un adolescente tiene trastornos concurrentes, necesita ayuda para tratar todas estas enfermedades. Tratar el abuso de sustancias y la dependencia/adicción por separado no ayudará a subyacer la enfermedad mental y tratar un trastorno depresivo por separado no resolverá el abuso y la dependencia a las sustancias.</p>

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Servicios ofrecidos en los Programas de tratamiento para el abuso de sustancias en adolescentes (continua)

SERVICIO DE TRATAMIENTO	DESCRIPCIÓN	POR QUÉ ES IMPORTANTE
<b>Servicios/Participación de la familia</b>	Los servicios para la familia incluyen terapia familiar, terapia individual o grupal para padres o hermanos, educación acerca del abuso de sustancias, tratamiento y recuperación.	En la mayoría de los casos, la participación de la familia es un elemento importante en el tratamiento de adolescentes con un problema de abuso de drogas o alcohol. La participación de la familia en el tratamiento del abuso de sustancias ayuda a los miembros de la familia a obtener conciencia y comprensión del abuso de sustancias y dependencia como una enfermedad crónica, ayuda a la familia a tener expectativas y objetivos realistas sobre el tratamiento, ayuda a mejorar la comunicación dentro de la familia y en general dentro del funcionamiento familiar y ayuda a la familia a comprender el proceso de tratamiento.
<b>Cuidado posterior/Cuidado de seguimiento/Cuidado continuo</b>	<p>El tratamiento indicado después de completar un programa de tratamiento formal y estructurado en cualquier tipo de entorno.</p> <p>El cuidado de seguimiento es muy importante para ayudar a prevenir una recaída.</p>	<p>El cuidado posterior es diferente al apoyo y los servicios de recuperación y a menudo es llamado cuidado de seguimiento o cuidado continuo. Los servicios típicos de cuidado posterior implican que el proveedor de tratamiento solicite al paciente una actualización del progreso.</p> <p>Tal vez no sea más que una llamada telefónica de chequeo o una sesión en persona.</p> <p>Puede consistir en asesoramiento o actividades individuales o grupales diseñadas para ayudar a las personas a permanecer en recuperación.</p>

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## APOYOS Y SERVICIOS DE RECUPERACIÓN

La recuperación de un trastorno por uso de sustancias es más que la abstinencia. La recuperación se trata de mejorar la calidad de vida de la persona, ser saludable física y emocionalmente, tener éxito en la escuela o el trabajo, tener relaciones saludables, tener una vida social saludable y vivir una vida sin drogas. Para la mayoría de las personas, mantener la recuperación requiere de apoyo y servicios después de completar el tratamiento formal. Existe una amplia variedad de apoyos y servicios de recuperación disponibles para ayudar a una persona en recuperación a evitar recaídas, a recibir apoyo emocional, a mantener el progreso logrado en el tratamiento y a vivir una vida sin drogas. Algunos ejemplos de apoyos y servicios de recuperación incluyen:

Apoyos y servicios de recuperación para trastornos por uso de sustancias en adolescentes		
APOYOS Y SERVICIOS DE RECUPERACIÓN	DESCRIPCIÓN	LO QUE DEBERÍA SABER
<b>Hogares de recuperación y sobriedad</b>	Residencias transicionales donde las personas (adultos de 18 años en adelante) en recuperación viven juntas. Generalmente, las residencias tienen un número pequeño de personas, un pequeño grupo de profesionales, reglas claras y aplicadas acerca de la abstinencia y un nivel importante de estructura.	Se espera que los residentes consigan empleo dentro de varias semanas de admisión y participen en el mantenimiento de la residencia.  Los posibles residentes deberían ser capaces de realizar un compromiso de 3 a 6 meses de vivir en una situación de grupo donde el principal objetivo es permanecer limpios y sobrios.
<b>Residencias de sobriedad</b>	Las residencias de sobriedad para estudiantes universitarios en recuperación por adicción al alcohol o las drogas.	Pregunte en la universidad que está interesado su hijo o en la cual ya está inscripto si hay una residencia de sobriedad. Si no hay, debería preguntar acerca del procedimiento para establecer una residencia de sobriedad en el campus. A medida que aumenten las solicitudes de residencias de sobriedad, más cantidad de universidades las crearán para aquellos jóvenes en recuperación.
<b>Escuelas secundarias de recuperación</b>	Escuelas secundarias con un plan de estudios aprobado por el estado y apoyo/servicios de recuperación para adolescentes en recuperación de abuso o dependencia de drogas y alcohol.	Asegúrese de que la escuela cumpla con los requisitos estatales de otorgamiento de diplomas.  Para obtener una lista de las escuelas secundarias y universidades de recuperación con residencias de sobriedad, haga clic aquí: <a href="http://www.recoveryschools.org">www.recoveryschools.org</a>
<b>Alcohólicos Anónimos (AA)</b>	Grupo de hombres y mujeres de 12 pasos/autoayuda que asisten para compartir sus experiencias, se brindan apoyo entre sí y se mantienen sobrios.	Es importante encontrar un grupo en el cual su hijo se sienta cómodo. Su hijo debería buscar reunirse con otros jóvenes en recuperación.  También hay grupos de 12 pasos/autoayuda para las familias de las personas en recuperación.
<b>Narcóticos Anónimos (NA)</b>	Grupo de 12 pasos/autoayuda que creció del movimiento de AA para enfocarse en las drogas en lugar del alcohol.	Es importante encontrar un grupo en el cual se sienta cómodo. Busque reuniones con otros jóvenes en recuperación.  También hay grupos de 12 pasos/autoayuda para las familias de las personas en recuperación.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## ¿Qué son los campamentos de entrenamiento?

Otra opción que usted y su familia pueden considerar son los campamentos de entrenamiento o un programa de salidas al campo para adolescentes problemáticos. Es importante saber que los campamentos de entrenamiento y los programas de salidas al campo no representan uno de los niveles de cuidado definidos por la Sociedad Estadounidense de Medicina de Adicciones. Aunque haya escuchado historias exitosas o haya leído acerca de lo bueno que son los campamentos de entrenamiento, le sugerimos encarecidamente que investigue con mucho cuidado los campamentos de entrenamiento o los programas de salidas al campo antes de enviar a su hijo a uno para un tratamiento por abuso de sustancias. Según un informe gubernamental (en inglés), <http://www.gao.gov/new.items/d08146t.pdf>, estos programas no están sujetos a supervisión federal y ha habido miles de informes de negligencia y abuso en los campamentos de entrenamiento y programas de salidas al campo para jóvenes problemáticos operados y de propiedad privada. Le sugerimos que si está seriamente considerando un campamento de entrenamiento o un programa de salidas al campo, verifique con la Oficina de Buenas Prácticas Comerciales por cualquier reclamación contra el programa y haga algunas preguntas como:

- 1) *¿Qué tipo de licencia y acreditación específicas de salud mental y de abuso de sustancias tiene el programa? Si los proveedores no están certificados, NO envíe a su hijo al programa.*
- 2) *¿Alguna vez algún niño ha muerto en su cuidado?, y de ser así ¿por qué?*
- 3) *¿Qué tipo de entrenamiento específico (especialmente entrenamiento de supervivencia para programas al aire libre) tienen los consejeros?*
- 4) *¿Ha habido alguna queja de abuso o negligencia en el campamento?*
- 5) *¿Puede ponerme en contacto con algunas familias cuyos hijos han completado el programa para que puedan contarme su experiencia?*
- 6) *¿Quién es responsable del cuidado médico? Debería ser un médico certificado*

Recuerde, la adicción es un problema serio de salud y requiere del tratamiento profesional adecuado brindado por profesionales certificados para que su hijo pueda aprender cómo controlar su problema de drogas o alcohol, cómo manejar las recaídas y cómo vivir una vida sin drogas ni alcohol.

## ¿Qué rol puede jugar el sistema de justicia penal en el tratamiento por abuso y dependencia de sustancias?

A menudo, los adictos a sustancias se involucran en problemas con la ley debido a su comportamiento por el uso de drogas. Si este es el caso de su hijo, puede preguntar por la disponibilidad del tribunal de drogas para menores (si su hijo es menor de 18 años) y adultos (si es mayor de 18 años) para su hijo.

### Tribunales de drogas

Los tribunales de drogas funcionan dentro del sistema judicial para personas identificadas por tener problemas con el alcohol o las drogas.<sup>6</sup> El juez del tribunal de drogas lidera un equipo de profesionales que van desde programas de tratamiento, servicios sociales, escolares y vocaciones, cumplimiento de la ley y libertad condicional dependiendo de las necesidades de la persona. Los estudios han demostrado que un tratamiento integral a través del sistema judicial de drogas debería incluir a la familia, y de ser posible, involucrar a la comunidad en general.

Los objetivos del tribunal de drogas son:

1. Proporcionarle intervención inmediata al adicto a las drogas a través del control y la supervisión brindada por el juez del tribunal de drogas. Generalmente, la persona se reúne con el juez semanalmente.
2. Abordar cualquier problema que esté contribuyendo con el consumo continuo de drogas o alcohol y apoyarse en las fortalezas de la persona para que pueda llevar adelante una vida libre de drogas.
3. Brindarle a la persona habilidades y capacitación (educativo, habilidades para la vida y control de la ira para que pueda llevar adelante una vida libre de drogas.
4. Fortalecer las capacidades y el funcionamiento de las familias involucradas para mejorar el éxito inmediato y a largo plazo del tratamiento del paciente.
5. Responsabilizar a la persona y a las agencias que atienden a la persona por el éxito de los servicios de tratamiento.

Los modelos de tribunal de drogas más efectivos integran los sistemas de justicia penal y los servicios de tratamiento de drogas. El personal del tratamiento y de la justicia penal trabaja conjuntamente sobre planes e implementación de chequeos, ubicación, pruebas, controles y supervisión, como así también sobre el uso sistemático de sanciones y recompensas para los adictos a las drogas en el sistema de justicia penal. El tratamiento para los adictos a las drogas encarcelados debe incluir cuidado continuo, control, y supervisión después de ser liberados y durante la libertad condicional.

### Paso 5: Ubicación geográfica.

Una vez que hayan discutido los resultados de la evaluación con el profesional del tratamiento y hayan determinado el tipo de servicio que sería de mayor utilidad para su hijo y su familia, debería comenzar a buscar programas en su área que reúnan sus requisitos.

La ubicación es un factor importante cuando se trata de decidir sobre el programa de tratamiento para su hijo, porque la participación familiar es un elemento crítico en el tratamiento para el abuso de sustancias en adolescentes y jóvenes adultos. Mientras más cerca sea el programa de tratamiento de su casa, trabajo o comunidad, más fácil será para toda la familia participar en el tratamiento y el proceso de recuperación.

6. Departamento de Justicia (Marzo de 2003). Tribunales de drogas para menores: Estrategias en práctica.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

Puede vivir en un área que no cuenta con el nivel de cuidado que su hijo necesita. Esto podría requerir que su hijo participe en un programa (como un tratamiento para paciente hospitalizado o residencial) en el cual debe estar muchas horas fuera del hogar, o incluso que esté en otro estado. Si este fuera el caso, asegúrese de discutir con el programa cómo hará su familia para participar (por ejemplo: llamadas telefónicas, correos electrónicos, visitas familiares, etc.).

Si el profesional del tratamiento que le realizó la evaluación a su hijo no le puede proporcionar información sobre los servicios de tratamiento en su área, un buen lugar por donde comenzar su búsqueda es el Localizador de centros de tratamiento para el abuso de sustancias de SAMHSA (<http://findtreatment.samhsa.gov/>), un directorio de búsqueda de más de 11.500 programas de tratamiento para adicciones de todo el país que tratan problemas de alcoholismo, abuso de alcohol y drogas. El Localizador incluye tratamiento ambulatorio, residencial, de hospitalización parcial/diurno, y programas para pacientes hospitalizados para la adicción a drogas y alcoholismo en los 50 estados, el Distrito de Columbia, los Estados Federados de Micronesia, Guam, Puerto Rico, la República de Palau y las Islas Vírgenes. También puede llamar a la línea directa de SAMHSA al 1-800-662-4357 para obtener más información. Tenga en cuenta que el Localizador se actualiza anualmente, por lo tanto es posible que un programa de tratamiento incluido haya cambiado o ya no exista.

También puede preguntarle a su médico de atención primaria, a su pediatra, la escuela de su hijo, la enfermera o la trabajadora social de la escuela, en el centro local para familias o el centro comunitario.

A continuación incluimos algunos consejos para encontrar un tratamiento en su área brindado por profesionales del abuso de sustancias:

- **“Aproveche el sistema local de salud mental”**, indica Ken Winters, Ph.D., Profesor, Universidad de Minnesota e Investigador Principal del Instituto de Investigaciones sobre Tratamientos. “Muchos consejeros de salud mental efectivos y experimentados están equipados para ayudar a los jóvenes con sus problemas de abuso de sustancias”. El Dr. Winters agrega que es más importante encontrar a una persona que tenga experiencia trabajando con adolescentes que encontrar a alguien con antecedentes de acciones.
- **Si está preocupado por cómo pagar el tratamiento, pregunte en el programa si tienen una escala móvil.** Y si su hijo tiene 18 años o más, averigüe si califica para Medicaid. (Encontrará más información sobre cómo pagar el tratamiento en la página 27.)
- **En colaboración con el proveedor de tratamiento profesional, utilice los resultados de la evaluación para orientar sus decisiones sobre el nivel de cuidado y el tipo de servicio que necesita su hijo.** Generalmente, los adolescentes y los jóvenes adultos no necesitan la forma más intensa de tratamiento para mejorar, según los expertos. Pero usted puede pensar que, debido a lo que usted y su familia tuvieron que atravesar, quiere a su hijo en un programa de tratamiento residencial bien lejos del hogar y sus amigos. Después de consultar a un profesional de tratamiento, recuerde que es importante que utilice los resultados de la evaluación para orientar sus decisiones sobre el nivel de cuidado que recibe su hijo
- **Una nota para permitir que su hijo sea parte del proceso.** Discuta los resultados de la evaluación con su hijo y sobre el nivel de cuidado que se indica en la evaluación. Recuérdele a su hijo que lo ama y por eso le está consiguiendo la ayuda que necesita.
- **Antes de tomar una decisión final,** asegúrese de que ambos padres (o tutores) participen de la decisión acerca de dónde obtener ayuda para su hijo, y aún más importante, permita que su hijo adolescente o joven adulto participe del proceso de decisión.

### ¿Cómo se siente?

Puede sentirse frustrado, enojado, decepcionado o culpable. Puede estar enojado por las cosas que hizo su hijo. Puede haberlo observado enfrentarse con la depresión o enfrentar problemas con su salud, trabajo/escuela o con dinero, o incluso un accidente o manejar mientras está intoxicado/alcoholizado debido a un consumo de sustancias, o tal vez le haya robado. Puede estar preocupado por el resto de su familia. Puede sentirse asustado, dolido, confundido o deprimido. O también podría sentirse muy solo.

- Usted no está solo. La adicción es muy común. Veintidós millones de personas tienen un problema actual de abuso de drogas o alcohol y casi nueve millones de estas personas tienen menos de 26 años. Muchas familias están luchando (<http://intervene.drugfree.org/>) con exactamente el mismo problema que usted.
- Las personas que tienen la enfermedad de adicción son personas como usted, sus vecinos y sus compañeros de trabajo. La adicción afecta a todas las esferas sociales, entornos socioeconómicos y culturales, afecta a hombres y mujeres, adolescentes, jóvenes adultos, adultos y ancianos, a los pobres, a la clase media, y hasta los ricos, desde los pueblos rurales, los suburbios, hasta las ciudades.
- La adicción puede sucederle a cualquiera. Afortunadamente, todos pueden recuperarse con ayuda.
- La adicción es tratable. Su hijo puede ponerse bien. Ha habido padres que han estado en su misma situación y sus hijos ahora están en recuperación.

#### Es importante buscar ayuda para usted y su familia. Aquí le decimos cómo:

Tiene que recibir ayuda para usted, y también es importante que los otros hijos de la familia reciban apoyo, y terapia si fuera necesario.

- Muchas agencias de servicios humanos proporcionan ayuda, e incluyen centros de asesoramiento y orientación, clínicas de salud mental y programas de tratamiento para el uso de sustancias. Su médico podrá brindarle una derivación. Otra opción es el programa de asistencia al empleado (EAP, por sus siglas en inglés) de su empleador, un recurso confidencial utilizado y comprobado por millones de personas cada vez que ayuda a los empleados y sus familias a identificar y resolver problemas personales. Los EAP tienen mucha experiencia en identificar problemas con el uso de sustancias y en encontrar maneras de tratarlos. Pregunte en el Departamento de Recursos Humanos del trabajo acerca del EAP.

### Terapia de familia

La Terapia de familia es un elemento importante del tratamiento de adolescentes por un abuso de drogas y alcohol.

La terapia de familia se enfoca en reparar relaciones y mantener la recuperación y la comunicación saludable. En el momento que su hijo ingresa al tratamiento, usted y otros miembros de la familia probablemente se sientan enojados, resentidos, emocionalmente cansados, físicamente cansados, incapaces de confiar y dolidos por el comportamiento de su hijo cuando estaba consumiendo drogas o alcohol.

Esto es comprensible y es importante abordar el daño que la familia en su conjunto, y por separado, ha experimentado por el abuso de drogas o alcohol. Los terapeutas ayudan a las familias a hablar acerca de sus sentimientos y experiencias, ayudan a reparar las relaciones, a crear patrones de comunicación saludables y estrategias para ayudar a la persona adicta a mantenerse sobria. Como su hijo necesita mantenerse saludable y recuperarse del abuso de drogas o alcohol, usted y la familia necesitan ayuda para recuperarse del dolor de tener un hijo que es adicto al alcohol u otras drogas.





# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

- Solicítela a su compañía aseguradora una derivación para algún programa de tratamiento aprobado para adolescentes y una lista de proveedores de tratamiento autorizados para el abuso de sustancias.
- Al-Anon es un programa de Doce Pasos que proporciona apoyo y orientación para ayudar a familias y amigos de personas con problemas de alcohol a recuperarse de los efectos de vivir con un bebedor problema, ya sea que la persona sigue tomando o no. Las reuniones son fácilmente accesibles en la mayoría de las comunidades de todo el país. Para encontrar un programa Al-Anon, llame al 1-888-4AL-ANON o visite el sitio: <http://al-anon.alateen.org/inicio>.
- Nar-Anon es un grupo de apoyo para miembros de la familia de un adicto a las drogas. <http://www.nar-anon.org> en inglés.

*"Hay muchas más reuniones de Al-Anon en algunas áreas que reuniones de Nar-Anon," explica una madre del oeste medio, Annette. "Por lo tanto, si no puede encontrar una reunión de Nar-Anon, no dude en asistir a un reunión de Al-Anon, incluso si su ser querido consumo drogas y no alcohol. En mi experiencia, Al-Anon ha permitido la participación de todas las personas que lo necesitan", agrega Annette.*

## Paso 6: Hacer llamadas, hacer preguntas.

No puede estar seguro si un programa es el mejor para su hijo a menos que pueda hablar con las personas del programa y pueda hacer preguntas. Esto le llevará tiempo, pero vale la pena. Lo más importante que puede hacer para ayudar a su hijo es hacer preguntas valiosas a los programas/proveedores de tratamiento para que pueda comprender verdaderamente cómo funciona su enfoque. Nunca puede hacer demasiadas preguntas cuando selecciona a un proveedor que trabajará con su hijo.

Saber qué preguntará y comparar las respuestas de los diferentes programas le ayudará a determinar cuál programa debería probar su hijo. Y, puede ayudarlo a ahorrar dinero (generalmente miles de dólares) al evitar el error de enviar a su hijo a un programa que no era el adecuado para él/ella o su familia.

Utilice sus habilidades de educación al consumidor que usaría en cualquier decisión importante de atención médica. Confíe en su juicio y sus sentimientos acerca de las respuestas que obtiene de las personas con las que habla. La respuesta que recibe debería ser clara y concisa.

## ¿Qué sucede si un programa no cuenta con todo lo que mi hijo necesita, como cuidado posterior o tratamiento de salud mental integrado?

Desafortunadamente, puede vivir en un área con programas de tratamiento limitados para adolescentes que no ofrecen todo lo que su hijo necesita. Si este es el caso, pregunte en el programa si pueden proporcionar derivaciones a los servicios que su hijo necesita. Pregunte en el programa si pueden coordinar el cuidado entre los proveedores de servicio para que su hijo reciba todos los servicios que necesita para completar el programa de tratamiento.

Un buen programa de tratamiento debería ayudar activamente a su hijo a aprovechar los apoyos y servicios de recuperación como grupos de autoayuda que sean apropiados para su edad (aunque deba "comparar" hasta encontrar aquel en el que se sienta cómodo), las actividades sociales libres de alcohol y drogas y el asesoramiento continuo.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

Las siguientes preguntas se brindan para ayudarlo a orientar su conversación con los programas de tratamiento para decidir cuál programa es el mejor (y más apropiado en base a la evaluación) para su hijo y su familia. Estas preguntas son apropiadas para TODOS los tipos de entornos de tratamiento (ambulatorio, intensivo ambulatorio, tratamiento para paciente hospitalizado, tratamiento residencial y tratamiento diurno) y deberían hacerse independientemente del tipo de entorno de tratamiento que necesita su hijo.

## Preguntas para hacer sobre el Programa y el personal:

### 1. *¿El programa está certificado por el estado?*

**Por qué es importante preguntar esto:** Cada programa debe estar certificado por el estado para poder operar. Muchos programas también atraviesan el proceso de recibir la acreditación. Si bien la acreditación nacional no ofrece garantías, la acreditación es una indicación de que el programa ha sido cuidadosamente revisado por una organización independiente. Tal vez quiera llamar a la organización de acreditaciones para determinar si el programa de tratamiento sigue teniendo buena reputación.

También puede preguntarles a otros profesionales de la comunidad como su médico de atención primaria, el pediatra de su hijo, un psicólogo o trabajador social acerca de la reputación de ciertos programas.

### 2. *¿Cuáles es la proporción personal-pacientes?*

**Por qué es importante preguntar esto:** Si la carga de trabajo de los miembros del personal es muy elevada, su hijo podría no recibir el control y el cuidado individualizado que necesita. Pregunte acerca del tipo (y horas por semana) de cuidado individualizado que su hijo recibirá por parte de su consejero.

### 3. *¿Cómo es el personal? ¿Cuáles son sus antecedentes? ¿Cuáles es su nivel de educación? ¿Alguno de ellos está en recuperación? ¿Cuál es su experiencia trabajando con adolescentes/jóvenes adultos? ¿Cuál es su experiencia trabajando con adolescentes/jóvenes adultos con problemas de abuso de sustancias?*

**Por qué es importante preguntar esto:** Quiere asegurarse de que está cómodo con las personas que están cuidando a su hijo. Es importante que el personal tenga conocimiento del desarrollo de los adolescentes y tenga experiencia trabajando con adolescentes con trastornos por uso de sustancias.

### 4. *¿Las instalaciones están limpias, organizadas y bien dirigidas?*

### 5. *¿El programa de tratamiento aborda temas como orientación sexual, discapacidades físicas y proporciona servicios de tratamiento apropiados según la edad, género y la cultura?*

**Por qué es importante preguntar esto:** Es importante que el cuidado que reciba su hijo pueda satisfacer sus necesidades. Esto significa que el tratamiento debería tener en cuenta cuestiones de género (los chicos y las chicas tienen experiencias diferentes), edad (los adolescentes más chicos y más grandes pueden tener necesidades educativas diferentes), discapacidades (los adolescentes con problemas de aprendizaje pueden necesitar servicios educativos adicionales) y orientación sexual (las lesbianas, los homosexuales, los transexuales o los bisexuales pueden necesitar servicios culturalmente apropiados).

## Preguntas para hacer sobre cuán involucrada va a estar su familia:

### *1. ¿El programa involucra a la familia en el proceso de tratamiento? Y, ¿cómo se involucra la familia en el proceso de tratamiento?*

**Por qué es importante preguntar esto:** La participación de la familia es un elemento importante para el tratamiento de abuso y dependencia de sustancias. Mientras más involucrada esté la familia, más exitoso será el tratamiento y la familia contará con la información y comprensión para ayudar al hijo a mantener su recuperación.

### *2. ¿Hay asesoramiento para la familia? ¿Hay servicios para padres y hermanos del paciente? Si no, ¿pueden derivar a la familia a los servicios apropiados?*

**Por qué es importante preguntar esto:** La familia, padres y hermanos, necesitan ayuda para aprender cómo confiar nuevamente, crear relaciones saludables con su hijo o hermano, y aprender cómo funcionar como una familia con un hijo en recuperación.

## Preguntas para hacer si su hijo tiene un problema médico, psiquiátrico o de comorbilidad:

### *1. ¿El personal tiene conocimiento y está dispuesto a considerar el uso de medicamentos que podrían ayudar a tratar una adicción?*

**Por qué es importante preguntar esto:** Los medicamentos como metadona, naltrexona, buprenorfina y disulfiram (Antabuse) pueden ser efectivos para ayudar a los adictos. Los proveedores de tratamiento deberían discutir acerca de los medicamentos con los pacientes y determinar si el paciente podría beneficiarse con el uso de medicamentos para la adicción. Es importante saber que en las poblaciones de jóvenes (18 años y más jóvenes), no hay tantas investigaciones sobre el uso de terapias asistidas con medicamentos para tratar adicciones. **Si su hijo requiere de medicación para ayudar con su trastorno por uso de sustancias, es esencial que reciba la supervisión y el control médico apropiado.**

### *2. ¿El programa/personal puede controlar todos los medicamentos de mi hijo si fuera necesario? ¿Hay médicos en el personal que prescriban otros diagnósticos de salud mental o médica de los pacientes adictos? ¿Qué tipo de profesional (es decir: un médico) proporciona atención médica y psiquiátrica? ¿Cuál es su disponibilidad? ¿Con qué frecuencia ven a los pacientes? ¿Hay cobertura de emergencia?*

**Por qué es importante preguntar esto:** Muchos síntomas médicos de los pacientes adictos podrían ser complicaciones de la adicción y podrían desaparecer después de un período de sobriedad, pero este no es siempre el caso.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Parte III: Cómo pagar el tratamiento

Quizás haya oído historias acerca de lo caro que son los tratamientos. Tal vez haya hecho algunas llamadas para pedir cotizaciones, es sorprendente lo caro que son algunos tratamientos. Pero hay opciones disponibles que pueden ayudar a su familia a manejar la carga financiera de pagar por un tratamiento de abuso de sustancias. Sabemos que no es fácil pero mientras más información tenga, en mejor posición estará para tomar buenas decisiones para su hijo y su familia.

Como verá a continuación, existen varias opciones cuando se trata de pagar por el tratamiento de abuso de sustancias de su hijo. Estas incluyen un plan de seguro de salud privado, Medicaid, beneficios de la Administración de Veteranos (si es familiar de un militar), Programas de Asistencia al Empleado (EAP, por sus siglas en inglés), servicios de salud para estudiantes, ensayos clínicos, ayuda financiera, plan de pago y una escala variable de tarifas. Estas opciones no cubren a todo el mundo, pero tal vez pueda reducir sus gastos personales al utilizar uno o más de los siguientes:

- La mayoría de los planes de seguro de salud privados proporcionan cobertura para algunos tratamientos de abuso de sustancias. Tenga en cuenta que la cobertura para tratamientos de salud mental y abuso de sustancias varían según el estado y según el plan de salud. Si tiene un seguro de salud privado, llame al número gratuito que se encuentra en la parte trasera de su tarjeta y pregunte acerca de sus beneficios de tratamiento, o hable con el encargado del programa de asistencia al empleado (EAP) de su empleador. Se le solicitará la precertificación antes de que su hijo ingrese al programa. Asegúrese de conocer todos los gastos que tendrá que abonar de su bolsillo antes de hacer cualquier arreglo. No querrá sorprenderse por los gastos ocultos. En el caso que su seguro le niegue el tratamiento, consulte su plan de beneficios para obtener información sobre cómo apelar. El proceso de apelación varían según el estado y a menudo hay un tiempo límite para que lo presente. La Kaiser Family Foundation proporciona una guía para manejar las disputas con el plan de salud privado o de su empleador [http://kaiserfamilyfoundation.files.wordpress.com/2005/07/7350consumerguidev4\\_080805.pdf](http://kaiserfamilyfoundation.files.wordpress.com/2005/07/7350consumerguidev4_080805.pdf)

- Medicaid es un programa de seguro para personas que no tienen seguro de salud privado y reúnen ciertos umbrales financieros. Su hijo podría ser elegible para Medicaid, el cual se encargaría de pagar el tratamiento de abuso de sustancias. Las personas deben solicitar la cobertura en su estado; los servicios de Medicaid y los tipos de personas cubiertas varían según el estado. Para averiguar si es elegible, visite el sitio: <https://es.medicare.gov>. Si su hijo no es elegible para Medicaid, el Programa de Seguro de Salud para Niños (CHIP, por sus siglas

## Beneficios de salud mental e igualdad

Los servicios de salud mental y abuso de sustancias son una parte importante de la atención médica que no siempre han estado cubiertos por las compañías aseguradoras. La falta de cobertura, cobertura limitada, costos asociados y disponibilidad de servicios han generado mucha discusión en las comunidades médicas y políticas. El 3 de octubre de 2009, la Ley de Igualdad de Atención de Salud Mental y Adicción de Paul Wellstone y Pete Domenici de 2008 (Paul Wellstone and Pete Domenici Mental Health Parity and Addiction Equity Act, MHPAEA) entró en vigencia para los planes grupales de seguro de salud. Esta ley requiere planes de seguro de salud que ofrezcan cobertura de salud mental para proporcionar la misma cobertura financiera y de tratamiento ofrecida para otras enfermedades físicas. Esto incluye deducible, copagos, gastos de bolsillo, Coseguros, estadias en el hospital cubiertas y visitas ambulatorias cubiertas. Esta ley federal no requiere que los planes de seguro de salud proporcionen cobertura de servicios de salud mental, solo que proporcionen igual cobertura Si se proporcionan servicios de salud mental.<sup>7</sup>

7. Conferencia Nacional de Legisladores Estatales (Febrero de 2009).

en inglés) podría ser una opción para su hijo. CHIP antes era conocido como el Plan de Seguro de Salud Estatal para Niños (SCHIP, por sus siglas en inglés). CHIP está disponible para familias que ganan demasiado dinero para calificar para Medicaid, pero no tienen dinero suficiente como para comprar un seguro de salud privado. La cobertura y los servicios proporcionados por CHIP varían según el estado. Algunos estados tratan al CHIP como una ampliación de los servicios de Medicaid y otros estados lo tratan como un programa independiente. Comience con el sitio web de la Oficina de Medicaid de su estado para obtener información acerca de las opciones disponibles para su hijo y su familia.

- Los beneficios de la Administración de Veteranos están disponibles para veteranos y sus familias. Para obtener más información, llame al 1-877-222-VETS (8387).
- Algunas compañías tienen programas de asistencia al empleado disponibles para sus empleados. Los servicios se pueden proporcionar en el lugar, o puede recibir una lista de profesionales de consumo de sustancias en su área. Contáctese con la oficina de recursos humanos de su compañía para obtener información acerca de esta opción.
- Para los estudiantes universitarios, los servicios de salud para estudiantes generalmente proporcionan asesoramiento grupal e individual para personas con problemas de abuso de sustancias. Contáctese con el centro de salud o asesoramiento de la escuela.
- Los ensayos clínicos son estudios de investigación utilizados para determinar la seguridad y la efectividad de una variedad de métodos de tratamiento, que incluyen asesoramiento y medicamentos. Estos servicios se proporcionan sin cargo porque son parte de investigaciones financiadas por el gobierno. Su hijo puede ser elegible para participar en un ensayo clínico. Si vive en o cerca de una ciudad universitaria, la experta en adicciones, Gayle Dakof, Ph.D., sugiere que se contacte con la Universidad. A menudo, las escuelas tienen ensayos clínicos seguros y gratuitos, y su hijo podría participar en uno. Para obtener más información acerca de los ensayos clínicos, ingrese a <http://www.clinicaltrials.gov>.

Para encontrar un ensayo clínico, visite Medline Plus en <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/tutorials/clinicalspanish/htm/index.htm>.

### Puntos para discutir con un programa de tratamiento específico:

- Muchos centros de tratamiento tienen asistencia financiera que ayuda a costear los gastos. Contáctese con los centros de tratamiento directamente para averiguar sobre la disponibilidad de estos fondos.

### Trastornos Concurrentes

Muchos adolescentes sufren de depresión, trastorno bipolar o algún otro tipo de enfermedad mental generalmente sin diagnóstico. Desafortunadamente, muchos adolescentes recurren al alcohol u otras drogas para automedicarse. Cuando se diagnostica a un chico con un trastorno de salud mental además del abuso y dependencia al alcohol o las drogas, tiene trastornos "concurrentes", también conocido como "diagnóstico dual" o "comorbilidad".

Cuando un chico tiene trastornos concurrentes, necesita un tratamiento para cada uno de sus diagnósticos. Tratar sólo el abuso y la dependencia al alcohol o las drogas no ayuda a subyacer los trastornos mentales, y de la misma manera, tratar sólo el trastorno depresivo no resolverá las adicciones. Si su hijo ha sido diagnosticado con trastornos concurrentes, debería buscar un programa de tratamiento que se especialice en tratar trastornos concurrentes o puedan entregarle una derivación a otros servicios para ayudar a tratar el trastorno mental de su hijo mientras recibe simultáneamente tratamiento por un abuso y dependencia al alcohol o las drogas. Asegúrese de preguntarles a los proveedores de tratamiento si su programa está equipado para manejar este problema.

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

- Solicítele a su proveedor de tratamiento que lo ayude a crear un plan de pago. Generalmente, los proveedores de tratamiento trabajarán con los miembros de la familia que necesitan pagar por el tratamiento con sus propios recursos para que todo el monto no deba ser abonado al comienzo del tratamiento.
- Muchos programas de tratamiento ofrecen una escala variable de tarifas, una escala flexible de pago basada en los ingresos, por lo tanto asegúrese de preguntar si cuentan con esta opción. Como la tarifa depende de los ingresos de su familia, el proveedor de tratamiento le pedirá que consulte sus talones de cheque y su declaración de impuestos para decidir cuál porcentaje del costo actual usted pagaría de su propio bolsillo. Si sólo quiere buscar programas con una escala variable de tarifas, utilice el Localizador de centros de tratamiento de SAMHSA (consulte la página 22 de esta guía) y seleccione el cuadro "asistencia en el pago/escala variable de tarifas" en la búsqueda detallada.

## IV: Cómo hacer para llevar a su hijo

Algunos padres temen que llevar a su hijo al programa de tratamiento, ya sea ambulatorio o residencial, el primer día será un gran desafío para ellos. Tal vez se sentirá mejor al saber que muchos buenos programas de tratamiento para adolescentes saben cómo atraer a los adolescentes y jóvenes adultos al tratamiento y ayudarlos a ver la importancia de recibir un tratamiento. Si tiene dudas acerca de llevar a su hijo para que comience el tratamiento, debería buscar ayuda en el programa que ha seleccionado. Esta es una buena oportunidad para hablar con su hijo acerca de sus preocupaciones por su vida, su salud y su seguridad. Hable con su hijo acerca de cómo la decisión de inscribirlo en el tratamiento es debido al amor que usted le tiene y que usted sabe que quizás él/ella tenga miedo pero que finalmente le permitirá vivir una mejor vida más saludable.

Dependiendo del estado en el que viva, su hijo deberá estar de acuerdo con el tratamiento. Incluso si su hijo es menor de 18 años, algunos programas no lo aceptarán si su hijo no está de acuerdo con asistir al mismo. Podría tener opciones legales disponibles pero depende de las leyes específicas de su estado.

Algunos adolescentes y jóvenes adultos pueden resistirse a recibir ayuda. Ellos podrían:

- No creer que tienen un problema
- Pensar que pueden detenerse cuando ellos quieran
- Tenerle miedo a la abstinencia
- Tener miedo de vivir sobrios

### Recurso ignorado: Su Administrador de caso asignado por el seguro

Podría ser muy frustrante saber lo que el seguro cubrirá y no cubrirá cuando se trata del tratamiento de su hijo, pero Pat Aussem, una madre que ha ayudado a sus dos hijos a luchar con sus adicciones, sugiere que cree una buena relación con su administrador de caso asignado por el seguro. Piense en él o ella como un compañero. "Los administradores de caso asignados por el seguro son una gran fuente de información sobre recursos y pueden ayudarlo con los beneficios", indica Aussem. "Me quedé absolutamente sorprendida con lo dispuesta que estaba la compañía aseguradora de ser flexible y ayudarnos". A continuación mencionamos dos maneras en que el administrador de caso asignado por el seguro pudo ayudar a su familia:

1. "Cuando comenzamos a quedarnos sin días de tratamiento ambulatorio, nuestro administrador de caso asignado por el seguro nos dijo que teníamos cierta cantidad de días para paciente hospitalizado que podíamos convertir en una proporción 1:3 en días de tratamiento ambulatorio", explica Aussem. Esto significa que bajo el plan de su familia, un día como paciente hospitalizado era equivalente a tres días de tratamiento ambulatorio.

2. "Uno de los terapeutas que vio mi hijo no era un proveedor dentro de la red", explica Aussem. "El administrador de caso asignado por el seguro aceptó ejecutar un acuerdo con el terapeuta en el que él se uniría a la red de proveedores, pero mi hijo sería su único paciente bajo este acuerdo y el proveedor recibiría el pago de su tarifa vigente, y no la tarifa usual del contrato nominal. Me quedé absolutamente sorprendida con lo dispuesta que estaba la compañía aseguradora de ser flexible y ayudarnos".

Cuando uno trata con los seguros de salud, los trámites burocráticos suelen ser un dolor de cabeza, Pat Aussem alienta a los padres a "tener cuidado de no permitir que el enojo se quede con lo mejor de usted".

Recuerde el viejo refrán: se cazan más moscas con miel que con vinagre.

## Contrariamente a lo que suele suponerse, una persona no necesita “tocar fondo” por sí solo para recibir ayuda por un problema de drogas o alcohol.

### Inscribir a su hijo en un tratamiento

¿Qué debería esperar cuando inscribe a su hijo adolescente o joven adulto en un tratamiento?

Aunque el proceso de inscripción puede variar de programa en programa, aquí le mostramos algunas cosas para las cuales debería estar preparado:

- La mayoría de los programas requieren un chequeo previo por teléfono. Cuando se contacta el proveedor de tratamiento, usted o su hijo podrían ser entrevistados por teléfono, pero eso no significa que su hijo ingresará en ese programa. Si el programa no es adecuado para su hijo, el proveedor debería derivar a su familia a un programa diferente que satisfaga mejor sus necesidades.
- Hay mucho papeleo. Sin embargo, el papeleo es en beneficio de su familia, le indica sus derechos, le garantiza confidencialidad y le brinda al proveedor de tratamiento permiso para hablar con fuentes externas si ayuda a su hijo. Podría sentirse abrumado pero es importante que lea detenidamente el papeleo y no firme simplemente en la línea de puntos.
- Habrá un proceso completo de admisión. Usted y su hijo deberán responder algunas preguntas acerca del consumo de drogas de su hijo, su familia, antecedentes médicos, historial académico y salud mental de su hijo.
- Podría haber una inspección de la persona y de sus pertenencias. Es común en los pacientes intentar meter drogas o alcohol en el centro de tratamiento residencial. Por lo tanto tenga cuidado porque pueden llevar a su hijo a un sala privada e inspeccionar su ropa buscando drogas o alcohol escondidos. También podrían revisar sus pertenencias. Para algunos padres y adolescentes, esto podría parecer una invasión a la privacidad, pero es una parte importante del proceso de tratamiento para garantizar que su hijo ingrese a un ambiente libre de sustancias.
- El cuidado posterior debería ser parte del plan de tratamiento de su hijo. “El tratamiento no termina después del alta del programa; sino que ahí es cuando realmente comienza el tratamiento”, indica el Dr. Harold C. Urschel, psiquiatra en adicciones. “Debe crear un plan de alta exitoso que pueda ser implementado de manera realista inmediatamente después del alta”.
- Existen las listas de espera. No se garantiza que todos los programas de tratamiento tengan un lugar disponible cuando su hijo lo necesite. Si el programa que usted elige no está disponible, deberá decidir si coloca a su hijo en la lista de espera o busca otro programa.

### Hemos estado bastante en la lista de espera... ahora ¿Qué?

Ser colocado en la lista de espera del programa que usted eligió es una de las realidades más frustrantes de encontrar un tratamiento para su hijo. Podría sentirse estancado, desesperado y preguntarse qué hacer después. Aquí le brindamos respuestas a algunas de las preguntas más difíciles de las listas de espera.

¿Cuánto tiempo estará mi hijo en la lista de espera? Es imposible saber. El sistema de cada programa es diferente. Una buena regla general es pensar en cuántos otros recursos de tratamiento para el abuso de sustancias hay en el área. Si los recursos son limitados, tal vez tenga que esperar varias semanas. Muchos programas ofrecen servicios de tratamiento previo para personas que han estado en lista de espera. Pregunte en el programa si ofrecen servicios de tratamiento previo y cómo puede hacer su hijo para acceder a estos servicios mientras espera ingresar al programa de tratamiento formal.

¿Debería inscribir a mi hijo en un programa diferente que no tenga lista de espera? Esto depende de la gravedad del abuso de sustancias de su hijo. Debería decidir esto en conjunto con el profesional que realizó la evaluación. Este también podría ser una buena oportunidad para involucrar a su hijo en el proceso de toma de decisiones.

Si decide esperar un lugar y utilizar los servicios de tratamiento previo (consulte arriba) mientras tanto, pregúntele a su hijo acerca del tipo de servicio de tratamiento previo que cree que sería beneficioso. Hable con su hijo acerca de sus preocupaciones de esperar para ingresar al programa formal.

Algunos adolescentes adictos y jóvenes adultos necesitan alguna forma de tratamiento lo más pronto posible. Si este es el caso, solicítele al proveedor de tratamiento que derive a su familia a otros programas similares. Dígales que es importante que su hijo reciba ayuda ahora, especialmente si está preocupado acerca de la seguridad de su hijo. Pero si ha elegido un programa que parece ser el mejor para su hijo y su familia, tal vez valga la pena esperar por una vacante disponible si se puede.

¿Qué podríamos hacer mientras tanto? Solicítele ayuda al proveedor de tratamiento para restringirle a su hijo el consumo de alcohol y drogas. Zar hasta que el programa tenga una vacante. Si su hijo se encuentra en la lista de espera para un programa de paciente hospitalizado, inscribalo inmediatamente en un programa local ambulatorio con una vacante disponible. De esa manera, él/ella recibirá atención mientras espera iniciar el programa más intensivo, y tendrá una rutina libre de drogas y alcohol a la cual regresar cuando vuelva a casa.

Una vez que su hijo tenga un lugar garantizado en un programa de tratamiento, usted, su hijo y los otros miembros de su familia probablemente sientan una gran variedad de emociones intensas, las cuales son todas normales. Su hijo podría estar enojado, asustado, apologetico, malhumorado, o en algunos casos, aliviado. Usted podría sentirse triste, aliviado, avergonzado, dudoso, enojado, culpable, agradecido, o todas las anteriores. Si está enviando a su hijo a un programa residencial o de tratamiento hospitalizado, también podría experimentar los mismos sentimientos que surgen cuando un hijo se va a la universidad: separación, ansiedad, miedo y pérdida.

Es difícil predecir cómo actuará su hijo cuando esté por ingresar al tratamiento por primera vez. Su hijo podría rogarle, llorar, suplicarle y a ningún padre le gusta ver u oír a su hijo con tanto dolor. Le partirá el corazón pero recuerde que al brindarle a su hijo el tratamiento que necesita, no solo está potencialmente salvando su vida, también está ayudándolo a tener una vida completa y más saludable.

Explíquele que es muy difícil dejar el consumo de alcohol y drogas sin la ayuda de un profesional una vez que la persona se vuelve adicta. Reconozca que su hijo podría estar enojado y asustado pero aún así tiene que recibir ayuda. Si su hijo ofrece irse solo, diga que no al principio hasta que se sienta seguro que está comprometido e involucrado en el tratamiento. Su hijo podría tener buenas intenciones, pero a estas alturas, debe asegurarse de que reciba el tratamiento.



# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Parte V: Cuidarse usted mismo

Reconocer que su hijo necesita un tratamiento para el abuso de sustancias es aterrador y alarmante; y tal vez sienta que el proceso de encontrar y llevar a su hijo al tratamiento se ha apoderado de su vida. Aunque probablemente no esté pensando en usted en estos momentos, una de las cosas más inteligentes que puede hacer para su hijo con problemas y su familia es cuidarse usted mismo para que pueda permanecer fuerte, saludable y sano. Muchos padres con un hijo enfermo se olvidan de su propia salud física y emocional pero recuerde, así como su hijo necesita recobrar su salud y aprender a vivir sin drogas y alcohol, usted y su familia también necesitan estar sanos y mantenerse saludables.

Buscar asesoramiento profesional para usted es tan importante como buscar ayuda para su hijo adicto. Mientras su hijo lucha contra un problema de drogas y alcohol, usted también está luchando contra serios problemas. “El dolor, la culpa, la vergüenza, la impotencia y la preocupación que sienten los padres es muchísima”, explica la Dra. Gayle Dakof. “Necesita sentir que no está solo, y creo que los padres y los tutores necesitan ayuda profesional para ayudarlos a abordar los sentimientos de culpa y vergüenza”.

Por último, podría resultarle útil visitar una comunidad en línea de padres de adolescentes o jóvenes adultos adictos como el blog de Intervención de The Partnership at Drugfree.org en [www.drugfree.org/intervene](http://www.drugfree.org/intervene). Existen grupos nacionales establecidos como Al-Anon y Nar-Anon que tienen reuniones por todo el país, y hay grupos locales más pequeños que puede encontrar mediante una búsqueda básica en Internet o en la guía telefónica. Como los programas de tratamiento, no todos los grupos de ayuda serán bien administrados o adecuados para usted personalmente. Compare y asista a diferentes reuniones hasta que encuentre el grupo que sea el indicado para usted.

## Parte VI: Asesoramiento experto de otros

Mientras creamos esta guía, The Partnership at Drugfree.org habló con muchos expertos en tratamiento para adolescentes, desde proveedores de tratamiento y psicólogos de adicciones hasta funcionarios de salud pública y padres cuyos hijos están en recuperación. A algunos de estos expertos se les pidió que brindaran algunos de sus consejos más valiosos para los padres cuyos hijos necesitan tratamiento. Aquí les mostramos lo que dijeron:

### ¿Quién debería llevar a mi hijo al tratamiento?

De ser posible, ambos padres deberían llevar a su hijo adolescente o joven adulto al tratamiento por primera vez, aún si están divorciados. Ahora más que nunca, usted y el otro padre de su hijo deben presentar un frente unido, y si uno de ustedes se queda en la casa, podría enviar un mensaje que de no está de acuerdo con el tratamiento o el programa elegido. Su hijo no debería ser capaz de etiquetar a ninguno de sus padres como “el padre bueno y agradable” o “el padre malo y desagradable”.



# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

“ Busque ayuda profesional si sospecha que su hijo tiene un problema de abuso de sustancias. Existen muchísimas personas compasivas expertas y talentosas que están dispuestas a ayudarlo si usted lo solicita. Lo alentamos a que tome medidas, especialmente antes de que su hijo cumpla 18 años y pierda el control de la situación. Intervenga, podría estar salvándole la vida a su ser querido. ”

—Pat Aussem, madre

“ Su hijo podría demostrarle mucho enojo, pero eso no significa que usted esté equivocado. El enojo de los hijos contra sus padres casi siempre se disipa con el tiempo. ”

—Tessa Vining, directora del programa “La Intervención moviliza y une a los padres y los hijos” (Intervention Moves Parents and Children Together, IMPACT) de Phoenix House

“ ¡Continúe, no se rinda! Y no sienta que está reaccionando de forma desmedida. La adicción a las drogas de los adolescentes es una crisis de salud infantil, y debería tratarse como otra crisis de salud. Si su hijo tuviera un tumor, haría todo lo que pudiera para tratarlo. La adicción a las drogas no es diferente a un tumor, no desaparecerá si usted lo ignora. ”

—Naomi Weinstein, directora del Centro de Adicciones y la Familia de Phoenix House

“ No puede externalizar soluciones para este problema. Debe involucrarse en la recuperación de su hijo. El tratamiento de la adicción de adolescentes requiere mucho trabajo duro de parte del proveedor/terapeuta, los padres y el adolescente. ”

—Gayle Dakof, Ph.D., Profesora Asociada de Investigación, Centro de Investigación para el Tratamiento de Abuso de Drogas en Adolescentes, Universidad de Miami, Facultad de Medicina Miller

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

“ Debe involucrarse en el proceso de tratamiento, incluso en la prevención de recaídas posterior al tratamiento. ”

—Ken Winters, Ph.D., Investigador Principal del Instituto de Investigaciones sobre Tratamiento

“ Está haciendo lo correcto. Es difícil hacer esto, pero lo hace porque ama a su hijo/hija. Todo mejora una vez que comienzan las sesiones familiares. ”

—Ralph Lopez, M.D., especialista en medicina para adolescentes

“ Nunca se dé por vencido ni deje de proteger a su hijo. Aprenda la diferencia entre alentar y permitir y reciba usted también algo de apoyo y educación. Aunque la situación con su hijo adolescente parezca tan grave, hay nueva esperanza cada mañana. Levante el fondo, no toque fondo y sepa cuál es la diferencia. Utilice recursos indispensables como [drugfree.org](http://drugfree.org) y manténgase actualizado, manténgase conectado con otros y recuerde, el conocimiento es poder. Comuníquese. Pida ayuda. Reciba. ”

—Lea Minalga, madre

# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

## Reconocimientos

Partnership for Drug-Free Kids le agradece a las siguientes personas que generosamente compartieron su tiempo, experiencia y conocimiento:

### Asesores y consultores científicos:

Doreen Cavanaugh, Ph.D., Profesora Asociada de Investigación, Universidad de Georgetown y Asesora Principal, Centro para el Abuso de Sustancias Tratamiento – Revisor Científico Final

John Knight, M.D., Director, Centro de Investigaciones sobre el Abuso de Sustancias en Adolescentes y Profesor Adjunto de Pediatría, Facultad de Medicina de Harvard - Revisor Científico Final

Ken Winters, Ph.D., Director, Centro de Investigaciones sobre el Abuso de Sustancias en Adolescentes y Profesor Adjunto de Psiquiatría, Universidad de Minnesota - Revisor Científico Final

Gayle Dakof, Ph.D., Profesora Asociada de Investigación, Centro de Investigación para el Tratamiento de Abuso de Drogas en Adolescentes, Universidad de Miami, Facultad de Medicina Miller, Departamento de Epidemiología y Salud Pública, y Profesora Adjunta de Psiquiatría y Ciencias Conductuales, Universidad de Miami  
Naomi Weinstein, Directora del Centro de Adicciones y la Familia de Phoenix House

### Colaboradores:

Kathleen A. Larson-Dobbs, madre de tres hijos, uno de los cuales lucha con una adicción y cofundadora de Parent-To-Parent, Inc. — Revisora de Padres  
Pat Aussem, madre de dos hijos en recuperación y voluntaria en Jersey Battered Women's Services y Road Recovery — Revisora de Padres

Annette\*, blogger y madre de cuatro hijos, uno de ellos sufre de una adicción.

Gene Bowen, Jack Bookbinder, y miembros jóvenes en recuperación de un trastorno por abuso de sustancias, Road Recovery

Karen Carlini, Directora Asociada del Centro Dinámico para Jóvenes, Brooklyn, NY

William A. Fusco, Director Ejecutivo del Centro Dinámico para Jóvenes, Brooklyn, NY

Dra. Jane Greer, autora y terapeuta en matrimonio y familia.

Dr. Herbert Kleber, Profesor de Psiquiatría y Director de la División de Abuso de Sustancias, Instituto Psiquiátrico de NYS, Universidad de Columbia

Dr. Howard Liddle, psicólogo de familia especializado en abuso de sustancias en adolescentes.. Él es Profesor de Psiquiatría y Psicología y Director del Centro de Investigación para el Tratamiento de Abuso de Drogas en Adolescentes de la Universidad de Miami.

Ralph Lopez, M.D., especialista y autor en medicina para adolescentes

Lea Minalga, madre de un hijo en recuperación, miembro del Comité Asesor de Padres de The Partnership at Drugfree.org y Presidenta de Hearts of Hope Padres de adolescentes del Centro Dinámico de Jóvenes, Brooklyn, NY

Dr. Harold C. Urschel, M.D., fundador del Instituto Urschel de Ciencias para la Recuperación y autor de Healing the Addicted Brain ("Sanar un Cerebro Adicto").

Tessa Vining, directora del Programa "La Intervención moviliza y une a los padres y los hijos" (Intervention Moves Parents and Children Together, IMPACT) de Phoenix House.

\* No se incluye el apellido intencionalmente



# Es hora de pedir ayuda

Cómo encontrar la ayuda correcta para su hijo con un problema de drogas o alcohol

The creation of the Treatment eBook was made possible from generous funding by Purdue Pharma L.P.

Le creació n del libro electrónico sobre Tratamiento fue posible gracias a la generosa financiación por Purdue Pharma L.P.



The translation of the Treatment eBook was brought to you by support from the Hershey Company.

Le brindamos la traducción del libro electrónico sobre Tratamiento gracias al apoyo de Hershey Company.

