

REDUCIR EL ESTIGMA

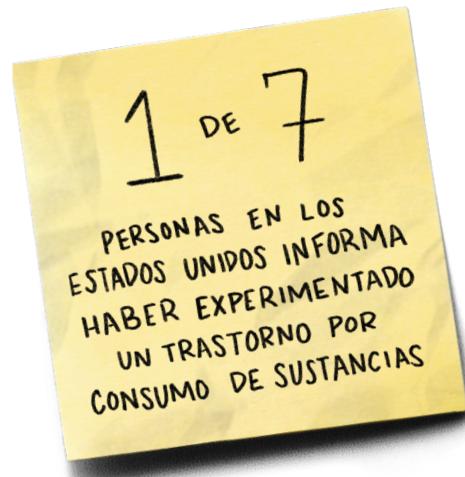
ENTIENDA LA ADICCIÓN PARA APOYAR LA RECUPERACIÓN

CUALQUIER PERSONA PUEDE TENER UNA ADICCIÓN

Una de cada 7 personas en los EE. UU. informa tener un trastorno por consumo de sustancias.

No hay un factor motivador único que provoque la adicción. Algunas personas podrían usar drogas como ayuda para sobrellevar el estrés, un trauma o como ayuda con problemas de salud mental.

Algunas podrían presentar trastorno por consumo de opioides después de usar indebidamente los opioides recetados por los médicos. En cualquier caso, el uso de drogas con el tiempo facilita la adicción.



USO DE DROGAS Y EFECTOS EN EL CEREBRO

Cuando una persona usa drogas, el cerebro se inunda con sustancias químicas que toman el control del sistema de recompensa del cerebro, y causan la repetición de comportamientos que se sienten bien pero que no son saludables.

El cerebro se adapta al uso continuo de drogas al formar tolerancia, lo que significa que se necesita una mayor cantidad de una droga para sentir el mismo resultado.

Esto no solo reduce la habilidad del cerebro para resistir la tentación, sino que también puede afectar la cantidad de placer que una persona siente al hacer actividades normales saludables, como disfrutar la comida o la compañía de otros.



El trastorno por consumo de sustancias (SUD, por sus siglas en inglés) ocurre cuando el uso de drogas o de alcohol de una persona ocasiona problemas de salud o problemas en el trabajo, la escuela o la vida en el hogar.¹ La educación y concientización sobre el daño del uso de sustancias, junto con el apoyo de amigos, padres y cuidadores, pueden ayudar a prevenir el SUD.



El trastorno por consumo de opioides (OUD, por sus siglas en inglés) ocurre cuando el uso prolongado de opioides causa sufrimiento y daños considerables. Aproximadamente 1.6 millones de personas en los Estados Unidos sufren de OUD.² Los programas de vigilancia de medicamentos recetados, las leyes estatales sobre medicamentos recetados, y la educación sobre el almacenamiento y la eliminación seguros pueden ayudar a prevenir el uso inapropiado de opioides recetados, el OUD y las sobredosis.

LA ADICCIÓN ES UNA ENFERMEDAD TRATABLE

La adicción es una enfermedad, no es un defecto de carácter. Las personas que sufren de trastorno por consumo de sustancias tienen problemas para controlar su uso de drogas, aunque saben que estas son perjudiciales.

La superación de un trastorno por consumo de sustancias no es tan simple como resistir la tentación de usar drogas solo con la fuerza de voluntad. La rehabilitación podría involucrar medicamentos para ayudar con las ansias y la abstinencia, así como diferentes formas de terapia. Hasta se podría requerir el ingreso a un centro de rehabilitación. La rehabilitación puede ser un reto, pero es posible.

OPCIONES DE REHABILITACIÓN

Hay maneras seguras y eficaces de rehabilitarse del trastorno por consumo de sustancias. Encontrar la opción de tratamiento correcta puede ser la clave para un viaje exitoso hacia la rehabilitación.

Medicamentos para el trastorno por consumo de opioides

El trastorno por consumo de opioides podría requerir medicamentos como tratamiento inicial. Los medicamentos para el trastorno por consumo de opioides (MOUD, por sus siglas en inglés) pueden ayudar con las ansias y los síntomas de abstinencia.³ Los MOUD son eficaces para ayudar a las personas a superar la adicción, mantenerse rehabilitadas por mayor tiempo y prevenir una recaída.⁴ Tomar estos medicamentos durante el tratamiento no significa salir por el camino fácil; significa encontrar algo que funcione mejor para esa persona.

LOS MOUD APROBADOS POR LA ADMINISTRACIÓN DE ALIMENTOS Y MEDICAMENTOS (FDA):

- METADONA
- BUPRENORFINA
- NALTREXONA

Tratamiento con ayuda de medicamentos

El tratamiento que combina medicamentos con consejería u otra terapia del comportamiento se llama tratamiento con ayuda de medicamentos (MAT, por sus siglas en inglés). El MAT puede ser una manera eficaz de superar la adicción a los opioides.⁵ La terapia del comportamiento puede ser igualmente importante porque ayuda a las personas a cambiar sus actitudes y comportamientos relacionados con el uso de drogas, a prevenir las recaídas, y permite que las personas se mantengan rehabilitadas más tiempo.

Opciones de tratamiento adicionales



La terapia de facilitación de doce pasos es una estrategia individual de participación activa diseñada para alentar a las personas a que acepten que la drogadicción es una enfermedad crónica progresiva, y prepararlos para que comiencen un programa de apoyo mutuo de 12 pasos.⁶



La consejería ambulatoria puede ayudar a las personas a entender la adicción, sus desencadenantes y las razones por las que usan drogas. Esta forma de tratamiento se puede hacer en el consultorio del médico o mediante una cita por telemedicina.



La rehabilitación como paciente internado en un centro de tiempo completo proporciona un entorno de apoyo para ayudar a que las personas se rehabiliten sin distracciones ni tentaciones.

LAS RECAÍDAS NO SON UN SIGNO DE FRACASO

Las personas que usan drogas pueden tener una recaída, y esta puede suceder hasta años después de no usar la sustancia. Más que nada, una recaída puede ser un signo de que se necesita más tratamiento o un método diferente. Podría ser necesaria una revisión de rutina al plan de tratamiento de una persona para determinar si hay otro método más eficaz.

CÓMO AYUDAR A ALGUIEN A RECUPERARSE

Si sabe o cree que alguien está luchando contra la adicción, pregúntele si puede ayudarle. Su preocupación podría ser justo lo que necesita para comenzar su viaje hacia la recuperación, y su apoyo podría marcar la diferencia en su éxito.

LA RECUPERACIÓN ES POSIBLE

No espere para empezar. Busque información en el sitio web de su departamento de salud local o estatal o consulte con su proveedor de cuidados de la salud sobre los servicios de tratamiento y referencias disponibles en su zona.



1. Substance use disorder. (2021). MedlinePlus. <https://medlineplus.gov/ency/article/001522.htm>
2. Dydyk AM, Jain NK, Gupta M. Opioid Use Disorder. [Updated 2020 Nov 20]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2021 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK553166/>
3. Medication-Assisted Treatment (MAT). (2021). Substance Abuse and Mental Health Services Administration. <https://www.samhsa.gov/medication-assisted-treatment>
4. NIDA. 2020, July 10. Treatment and Recovery. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/drugs-brains-behavior-science-addiction/treatment-recovery> on 2021, March 11
5. What You Need to Know About Treatment and Recovery. (n.d.) Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/rxawareness/pdf/Treatment-and-Recovery-Fact-Sheet.pdf>
6. National Institute on Drug Abuse. (n.d.). Heroin (smack, junk) facts. Easy-to-Read Drug Facts. Retrieved from <https://easyread.drugabuse.gov/content/effects-heroin-brains-and-bodies>

