



Trastorno por consumo de sustancias

Conozca las señales de advertencia y las opciones de tratamiento

El trastorno por consumo de sustancias consiste en consumir drogas de una forma que perjudica a la persona o la lleva a perjudicar a otros. Puede variar de leve a grave. El trastorno por consumo de sustancias de moderado a grave a veces se llama adicción.

El trastorno por consumo de sustancias es una enfermedad. No es una debilidad o una falta de fuerza de voluntad. Es su elección comenzar a consumir una droga. Pero a medida que la consume más, su cerebro comienza a cambiar. Este cambio puede llevar a un deseo de consumir la droga, y esto puede influir en su forma de actuar. Este trastorno puede desarrollarse a partir del consumo de casi cualquier tipo de sustancia, incluidos el alcohol, las drogas ilegales, los medicamentos recetados o de venta libre.

Cuando alguien tiene un trastorno por consumo de sustancias, no siempre puede cumplir con las tareas laborales, domésticas o escolares. Pueden llegar tarde al trabajo, consumir drogas en situaciones peligrosas o tener problemas de relación causados por las drogas.

Señales del abuso de sustancias

- Cambios en los hábitos de sueño o alimentación, menor cuidado de la vestimenta y el aseo
- Cambios de humor o despreocupación por el futuro
- Comportamiento furtivo, mentiras o robos
- Malas relaciones familiares o deterioro de las relaciones
- Nuevos problemas en el trabajo o la escuela o problemas con la ley
- Enrojecimiento de los ojos, dolor de garganta, tos seca o marcas de agujas en el cuerpo
- Pupilas pequeñas y "puntiformes", dificultad para hablar, o caminar de manera inestable
- Pérdida de peso no intencional o sin ganas de comer
- Ausencias frecuentes e inexplicables del trabajo o de las obligaciones sociales
- Falta de confiabilidad para mantener las citas y cumplir con los plazos
- Confusión o dificultad para concentrarse o recordar detalles e instrucciones

Opciones de tratamiento

Si algún ser querido tiene un trastorno por consumo de sustancias, usted sabe lo difícil que puede ser. Sabe que convivir o estar cerca de alguien que tiene problemas con el consumo de drogas puede cambiar su vida. Pero los miembros de la familia, amigos e incluso colegas y jefes pueden desempeñar un papel importante para ayudar a alguien a recuperarse del trastorno por consumo de sustancias.

El tratamiento para el trastorno por consumo de sustancias generalmente incluye terapia grupal, uno o más tipos de consejería y educación sobre drogas.

Es difícil conseguir que alguien que consume drogas reciba tratamiento si no lo quiere.

Estos consejos pueden ayudarlo a iniciar una conversación sobre el tratamiento:

- Hable con la persona. Dígale claramente cómo el consumo de drogas lo está dañando a usted y a él/ella y que tomará medidas si no busca ayuda.
- Deje de poner excusas. No cubra las faltas en el trabajo o en las actividades compartidas con los niños. No mienta ni disfraze la verdad para ayudar a la persona.
- Prepárese y sea capaz de ayudar cuando se tome la decisión de recibir tratamiento.

Después de elegir el tratamiento preferido:

- Asegúrese de que en la casa no haya drogas ni artículos que ayuden a las personas a consumir drogas.
- Participe y sea paciente. Asista a las reuniones de recuperación con su ser querido y sea comprensivo.
- Tenga en cuenta que su ser querido puede parecer otra persona después de dejar las drogas. Es posible que necesite construir una nueva relación.
- Entienda que tiene derecho a saber cómo va la recuperación, pero debe preguntarlo de forma respetuosa.
- Ayude a su ser querido a planificar cómo responder ante una recaída. La mayoría de las personas recaen después del tratamiento. Esto no significa que el tratamiento haya fallado. Trate de ayudar a su ser querido a ver la recaída como una oportunidad para mejorar y seguir trabajando en las habilidades para evitar el consumo de drogas.
- Concéntrese en las acciones positivas que su ser querido está haciendo.

¿Le preocupa que uno de los miembros de su personal a cargo tenga un trastorno por abuso de sustancias?

Considere estas sugerencias:

- Consulte al Departamento de Recursos Humanos sobre la política de consumo indebido de sustancias de su organización y los procedimientos de pruebas.
- Céntrese en el rendimiento y el comportamiento observable del miembro del personal. No haga acusaciones ni diagnósticos sobre el consumo de sustancias.
- Documente el comportamiento, los problemas de rendimiento y los signos observables de consumo de alcohol o drogas.

Su programa puede ayudarlo a iniciar una conversación con el miembro del personal que está luchando contra el abuso de sustancias y trabajará con usted para explorar estrategias para tratar el problema.

Si usted o alguien que le importa está experimentando abuso de sustancias, existe ayuda disponible. Su Programa de Asistencia al Empleado es completamente confidencial y está disponible durante las 24 horas del día, los 7 días de la semana, todos los días del año. Llámenos al 1-800-356-7089 (TTY 711) o visite Member.MagellanHealthcare.com.