

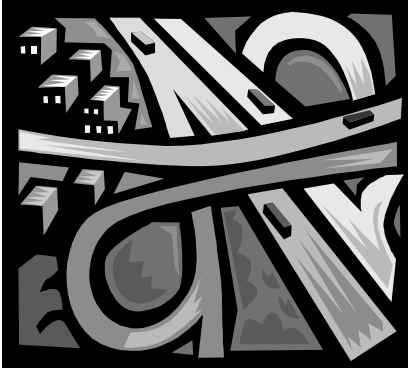


**SERVICIOS SOBRE USO DE SUSTANCIAS
PARA ADOLESCENTES EN ARIZONA
MAPA DEL SISTEMA**

*Comience su viaje
Versión para toda la familia*



Introducción



Moverse por un sitio desconocido es más fácil con un mapa. Este folleto está diseñado para ayudarle a aprender cómo moverse cuando empiece a buscar y a conseguir servicios de abuso de sustancias para su joven.

El librito se hizo con la ayuda de otros padres que han pasado por el camino que usted está pasando. Se escribió con la esperanza de hacerle su viaje un poco más fácil.

A veces el buscar la información y los servicios para su joven puede ser abrumador. Esta guía tiene el propósito de que se use como una introducción para cuando un(a) joven tiene problemas de abuso de sustancias. Quizás no le aclare todas sus dudas, pero esperamos que le ayude a comenzar su viaje.

Abuso de sustancias en los jóvenes

El uso de sustancias puede afectar a una familia de muchas formas. Hay distintos niveles de uso y vicio. Algunos jóvenes sólo usan de vez en cuando lo que se llama una droga de entrada, mientras que otros tienen una drogadicción que les está impactando gravemente en sus vidas. Un(a) profesional usa un instrumento que se llama evaluación para enterarse de en qué nivel está usando sustancias el o la joven. Hay apoyos disponibles en todos los niveles de uso para ayudarle a usted y a su joven a navegar por estos tiempos difíciles.

El vicio grave de sustancias pudiera llevar a la drogadicción. La adicción no es solamente cómo escogen comportarse, sino que es el resultado de cambios al cerebro que hacen que sea extremadamente difícil que un(a) joven las deje sin apoyo. Este apoyo está disponible de muchas formas distintas, según lo que le sea lo correcto para su familia y su joven.



¿Cuándo hace falta ayuda?

Señales de que un(a) joven está usando sustancias.

Los adolescentes y los adultos jóvenes corren mayor peligro de vicio de sustancias. Pueden usar las sustancias para fortalecer su confianza, reducir sus inhibiciones, sentir el placer que se asocia a las sustancias, y para lidiar con los problemas que enfrenten. La intervención temprana puede evitar una adicción más grave que pudiera tener efectos permanentes en las vidas de ellos.

Hay muchas señales de que un(a) joven puede estar usando drogas. Éstas también pueden ser señales de un problema mental u otros asuntos graves, así que es importante que a su joven le evalúe un(a) profesional, tal como su médico/a de cabecera o un(a) proveedor/a de salud mental.



Entre las señales comunes están:

- Retraído/a, deprimido/a y cansado/a
- Deja de cuidarse, por ejemplo, de darse baños y otras costumbres del aseo
- Contestón(a) y no cooperador(a)
- Cambio de amistades
- Pérdida de interés en las actividades
- Cambios en el comer o el dormir
- Se le hace difícil concentrarse
- Ojos rojizos o constantemente enfermo/a
- Encontrar pipas, papeles de enrollar, botellas de fármacos y/o encendedores

Para más información, por favor pase a la página de recursos.

Otras áreas que un profesional usa para diagnosticar la dependencia y la adicción a las drogas:

- Usar sustancias extremadamente peligrosas
- Qué tan joven era la persona cuando empezó a usarlas
- Por cuánto tiempo la persona usa las sustancias y cuánta usa
- Uso de cantidades grandes de sustancias en poco tiempo
- Usar sustancias en situaciones o lugares indebidos
- Consecuencias sociales o emocionales negativas por el uso

Hay una escala o continuo de abuso de sustancias: **abstinencia** (nunca usar la sustancia), **uso experimental**, **abuso temprano**, **abuso**, **dependencia** (también conocida como adicción), y recuperación. El punto en el que se encuentre el joven en ésta escala, más los factores mencionados, ayudarán a su familia a decidir, en conjunto con un proveedor qué clase de tratamiento sería necesario para éste joven.

Trastornos coexistentes

Un **trastorno coexistente** ocurre cuando, junto con el uso de sustancias, hay un problema de salud mental que no lo causa el uso de sustancias. Es más difícil hacer un diagnóstico y dar tratamiento cuando hay problemas de salud mental y uso de sustancias juntos. Los efectos del abuso de sustancias suelen parecerse mucho a un trastorno mental, y un joven pudiera estar usando sustancias para ayudarlo a lidiar con los problemas del trastorno mental. Esto se conoce como **automedicación**. Debe buscarse si hay trastornos coexistentes sobre todo cuando hay **recaídas** o episodios frecuentes de uso de drogas.

Otros factores que aumentan el peligro de que un joven use sustancias es la presencia de discapacidades del desarrollo o problemas físicos crónicos. El tratamiento para el joven que tenga estas complicaciones requiere buena coordinación con otros proveedores y doctores.

Conseguir ayuda

La mayoría de los seguros médicos particulares tienen cobertura para tratamiento de abuso de sustancias. Si su joven tiene cobertura con AHCCCS, reunirá los requisitos para ser elegible para recibir servicios de salud mental a través de su proveedor público/a de salud mental o con la Autoridad de Salud Mental regional (RBHA, según sus siglas en inglés). Para información sobre con quién debe comunicarse, por favor vaya a la cubierta trasera de este librito.



Tratamiento

Hay muchos tratamientos recomendables cuando un joven tiene problemas de

uso de sustancias. Si un joven está recibiendo servicios de salud mental a través de un proveedor local pagados por el AHCCCS, las opciones de tratamiento las decidirán con la ayuda de un equipo que se conoce como **equipo del niño y la familia**. Si el joven tiene cobertura con seguro de pago particular, deben formularse los planes de tratamiento trabajando en conjunto con su proveedor y su seguro. En todo caso, los familiares (padres/cuidadores) deben participar activamente en la formulación del plan de tratamiento.

Usted es el/la experto/a cuando se trata de su niño. Usted conoce a su niño mejor que nadie más.

Planes de servicio

Un plan de tratamiento de problema de uso de sustancias se formula usando un **plan de servicio**. Este plan bosquejará las metas que usted y el joven tengan para reducir el uso de sustancias y desarrollar comportamientos positivos.

El plan deberá mencionar:

- Cualquier cosa que pudiera evitar que su familia o el joven participaran en el tratamiento.
- Metas realistas que imponga su familia y el joven que atiendan todos los asuntos sociales, médicos, mentales y relacionados con las sustancias.
- Pasos a tomar en concreto y de inmediato.
- Las fortalezas de su familia, cultura y recursos .
- Cualquier meta que exija cualquier agencia, tal como bienestar de menores, justicia de menores, o el sistema de educación.
- Oportunidades para aprender nuevas destrezas a fin de estar alejado de las drogas
- Qué métodos de probar consumo de drogas se usarán (si acaso) y con qué frecuencia.

La familia y las amistades son parte importante del proceso de tratamiento. Un círculo social y de amistades sin drogas ayudarán al joven a alcanzar sus metas. Un programa de tratamiento exitoso atenderá todos los aspectos de la vida de un joven.

Tipos de tratamiento

Estrategias de conducta y Psico educativas

La meta de las Estrategias de conducta es enseñar al joven a hacer cambios en sus acciones al identificar y fortalecer las cosas que ellos hacen bien. Las estrategias educativas se pueden poner en un lugar para construir confianza y darles las herramientas para permanecer sin usar sustancias. Una vez que las áreas donde tienen habilidades sean identificadas, el joven practica las habilidades que el necesita construir.

Contratación comportacional y prueba de drogas

Un contrato le puede dar a un joven la sensación de control y de adueñarse del tratamiento. Los contratos suelen formularse en equipo para que todos puedan estar de acuerdo con las metas. Estos contratos se pueden reforzar con pruebas de drogas, que pueden ayudar a que un(a) joven evite negar un problema, le enseñe los riesgos a la salud de tal conducta, y a ver si están aprendiendo las destrezas que necesitan para seguir sin usar sustancias. Las pruebas de drogas no son un castigo y tienen que dar su consentimiento el/la joven y su tutor(a), si todavía éste/a es menor de edad.

Enseñanza y capacitación vocacional

Como parte de las metas realistas, el concentrarse en la enseñanza y la capacitación vocacional proporciona un área de logros para el joven y puede proteger a éste del uso de sustancias en el futuro.

Terapia multisistémica

Este programa orientado hacia la familia y basado en el hogar suele usarse con jóvenes que han tenido problemas con la justicia de menores. Fomenta la buena conducta social y cambia cómo es que un(a) joven se desenvuelve en sus ambientes naturales, tales como el hogar, la escuela y el vecindario. El MST reconoce la importancia de la familia y la comunidad. Las metas principales son reducir la delincuencia, reducir la conducta antisocial (incluso el uso de sustancias) y reducir la encarcelación y puesta en hogares temporales.

Terapia familiar estratégica breve (BSFT, según sus siglas en inglés)

Ésta estrategia se concentra en los problemas y actúa para eliminar factores de uso de sustancias. Sirve para fortalecer familias y reducir la conducta problemática en los niños y los jóvenes. Se concentra en ayudar a toda la familia para mejorar las relaciones familiares.

Terapia de realce de motivaciones/CBT

Este tratamiento actúa con el/la joven individualmente para ayudarle a moverse por áreas de cambio detectadas:

- Pre-contemplación- La persona no está pensando en detenerse y no piensa que tenga un problema.
- Contemplación- Pudiera querer cambiar, pero no está pensando hacerlo pronto.
- Preparación- Comenzar a comprometerse a cambiar.
- Acción- Actuar para cambiar y practicar nuevas conductas
- Mantenimiento - Desarrollar un nuevo estilo de vida para evitar la recaída

Éste respeto a la capacidad de tomar decisiones de la persona.

Prevención y control de recaída

La prevención de recaída es parte necesaria de todos los programas terapéuticos para ayudar al joven a adquirir las destrezas de sobrellevar y controlar los antojos. El vicio y la dependencia de las sustancias vienen de la conducta crónica (a largo plazo), y los cambios y la dependencia de las drogas vienen lentamente. El tratamiento exitoso reconoce que la recaída es parte de la recuperación, e incluye el ayudar al joven a controlar la recaída como parte de las metas.



Tratamiento de doce pasos

La asistencia a grupos de Alcohólicos Anónimos (AA) y Narcóticos Anónimos (NA) puede ser algo útil que añadir al tratamiento, y con frecuencia se alienta. Estos programas hacen que los jóvenes se dediquen a pasos en concreto para recuperarse, asistencia a grupos de apoyo propio (AA o NA), y conseguir un(a) **patrocinador(a)**, que es otra persona recuperándose de problemas de uso de sustancias, y que puede proporcionar apoyo cuando el/la joven lo necesite. Los programas de doce pasos y grupos de apoyo propio ofrecen varias ventajas, entre ellos un grupo de semejantes que no usan sustancias, patrocinadores disponibles, y otras especies de apoyo, aunque los programas de doce pasos pueden ser efectivos para muchos adolescentes, estos no han estado conforme a ensayos clínicos controlados, todos los cuales son vitales para la recuperación del joven. Un joven sólo debería asistir a grupos de apoyo dedicados al alcance de su edad.

La mayoría de las estrategias de tratamiento se usan en el hogar y en familia. En casos severos, pudiera requerirse atención médica antes de comenzar el tratamiento. Hay programas de tratamiento recluso fuera del hogar disponibles para los jóvenes. Hable con su proveedor o su equipo si es que el tratamiento fuera del hogar sería la opción correcta para las necesidades del joven y su familia.

El proceso de recuperación

Todos los programas y métodos de tratamiento exploran el proceso de recuperación. La recuperación conlleva más que sólo dejar de usar una sustancia. Es aprender a vivir una vida saludable sin sustancias. Hay muchas perspectivas sobre lo que significa la recuperación, y es un proceso con contratiempos que con frecuencia no tiene adelantos rápidos. Distintos tratamientos llaman a las etapas de recuperación de distintas formas; pero las etapas que generalmente se aceptan son un periodo de reconocimiento del problema, un periodo cuando parece que todo va bien y de prisa, un periodo cuando vuelve a la conducta de antes y tienen que volver a atenderse-con frecuencia (éste es tiempo de recaída), un periodo de ajuste en el que se exploran y atienden nuevos asuntos, y por fin una etapa en la que la persona puede decir que se ha recuperado.

Si su familia está padeciendo un posible problema de uso de sustancias, hay muchos sitios en dónde hallar más información. Mientras tanto, por favor acuérdesse de las 7 "Ces":

- No lo **causé**.
- No lo puedo **curar**.
- No lo puedo **controlar**.
- Puedo **cuidarme** a mí mismo al:
 - **Comunicar** mis sentimientos.
 - Haciendo **elecciones** saludables.
 - **Celebrar** mi propia vida.



RECURSOS PARA MÁS INFORMACIÓN

Drug Free AZ <http://www.drugfreeaz.com/>

- Información para padres, niños y adolescentes sobre el uso de sustancias, el abuso y el tratamiento.

SAMSHA – Centro de Tratamiento para abuso de Drogas <http://csat.samhsa.gov/>

- (800) 662-HELP
- (800) 487-4889 (TDD)
- Localizador de centros de tratamiento y línea telefónica de ayuda nacional

The Anti-Drug <http://www.theantidrug.com/>

- (800) 729-6686
- Información para los padres sobre el abuso de sustancias, incluso señales detalladas de uso de las que debe estar pendiente.

Instituto Nacional de abuso de Drogas <http://www.drugabuse.gov/>

- Amplia información de uso y abuso de drogas, por ejemplo listas de drogas de uso común.

Departamento de Servicios de la Salud de Arizona: División de Servicios de la Salud Mental

<http://azdhs.gov/bhs/index.htm>

- (602) 364-4558



Glosario

Abstinencia es cuando la persona no usa drogas o alcohol.

Adicción es un estado de dependencia física o emocional de una droga o de alcohol.

Defensores son las personas que le ayudan al informarles a otros lo que hace falta para satisfacer las necesidades suyas.

AHCCCS Arizona Health Care Cost Containment System es la agencia estatal que gestiona el programa de salud pública Medicaid en Arizona.

En riesgo significa que la persona es más propensa a padecer problemas que otras de su misma edad por complicaciones que padece en su vida.

Equipo del niño y familia un grupo definido de personas que incluye, por lo menos, al menor y su familia, padres temporales, un representante de la salud mental, y todo individuo que sea importante en la vida del menor, que se determine quién es y que el/la menor y su familia le inviten a participar. Para más información, vea *Children's Behavioral Health Services in Arizona- A Roadmap To The System*.

Basados en la comunidad son servicios que se proporcionan en o cerca de la comunidad en la que vive.

Copago es la porción de la factura médica que una familia tiene que pagar después de que su plan o programa ha pagado su parte.

Crisis es una situación que requiere la ayuda y el apoyo de profesionales para ayudar a tranquilizar a la persona.



Drogas de entrada son las drogas tales como los cigarrillos que permiten que se experimente con drogas más fuertes y peligrosas, tales como marihuana, cocaína, meta, etc.

Individualizado es una estrategia de examinar las necesidades en concreto e individuales del/de la niño/a o joven y su familia.

Medicaid es un programa costado con fondos federales que paga las atenciones médicas necesarias para niños de escasos recursos y sus familias.

De necesidad médica son servicios necesarios para satisfacer las necesidades médicas de la persona y para evitar que empeore su condición.

Multidisciplinario significa personas con distintas pericias, capacitación y enfoque.

Doctores de cabecera son los pediatras o médicos familiares que proporcionan atenciones médicas de rutina para ayudar a que su niño/a siga saludable.

RBHA-Regional Behavioral Health Authority (autoridad regional de salud mental)

Recaída es cuando una persona que dejó de usar sustancias empieza a usarlas de nuevo.

Recluido es cuando se le coloca fuera de la casa.

Plan de servicio o de apoyo es un plan que formulan todos los profesionales que participan con un(a) niño/a y la familia para determinar lo que a la familia le parezca que necesitan para atender a su niño/a.

Terapéutico significa un tratamiento con el fin de ayudar a que la persona vuelva lo mejor que pueda a la normalidad.

T/RBHA's o Autoridades de salud mental

tribales/regionales son organizaciones que Servicios de la Salud Mental del Departamento de Servicios de la Salud contrata para coordinar los servicios de salud mental que se proporcionan a ciertas personas que reúnen los requisitos en áreas geográficamente concretas de servicio estatal. Las autoridades T/RBHA que sirven a Arizona son:

Northern Arizona Regional Behavioral Health Authority

o NARBHA sirve a los condados de Apache, Coconino, Mohave, Navajo y Yavapai en el norte de Arizona.

Tribu Apache White Mountain

Magellan sirve al condado de Maricopa

Cenpatico Behavioral Health de Arizona sirve a los condados de Yuma, La Paz, Gila y Pinal.

Comunidad Indígena Gila River

Sociedad Comunitaria del Sur de Arizona (CPSA, según sus siglas en inglés) sirve a los condados de Cochise, Graham, Greenlee, Pima y Santa Cruz.

Tribu Yaqui Pasqua



Si su hijo/a tiene cobertura de AHCCCS

Para los niños que tienen cobertura de AHCCCS y necesitan servicios por uso de sustancias, éstos son los teléfonos que debe llamar en su área:

Las personas que vivan en los condados de Mohave, Yavapai, Coconino, Navajo y Apache, llamen a la Northern Arizona Regional Behavioral Health Authority (NARBHA) al 1-800-640-2123.

Las personas que vivan en el condado de Maricopa, llamen a Magellan Health Services al 1-800-564-5465.

Las personas que vivan en los condados de Pima, Nogales, Cochise, Graham o Greenlee, llamen a Community Partnership of Southern Arizona (CPSA) al 520-318-6946 ó al 1-800-771-9889.

Para ayuda de una organización de apoyo familiar

Llame a MIKID, Mentally Ill Kids In Distress, al 1-800-356-4543 ó

The Family Involvement Center al 602-288-0155.

