

El viaje de un padre:  
¿Qué navega la  
substancia  
en adolescentes?

A continuación encontrará ayuda.

## Reconocimientos:

*El viaje de un padre: Que navega la substancia en adolescentes (A Parent's Journey: Navigating Teen Substance Abuse)* es un producto realizado en conjunto por la Illinois Federation of Families y el Departamento de Servicios Humanos del Estado de Illinois, División de Alcoholismo y Abuso de Substancias (DASA). Los padres, las personas en recuperación, el personal clínico, los administradores y un representante de todas las áreas de los servicios de tratamiento y prevención participaron en la elaboración de este cuadernillo. Agradecemos especialmente a la Administración de Servicios de Abuso de Substancias y Salud Mental por su compromiso en la mejora de la infraestructura para servicios de tratamiento para adolescentes. Este manual es un resultado directo de la expresión de preocupación de los padres de Illinois sobre la falta de información para padres en el manejo del consumo y abuso de substancias.

## Índice

Capítulo 1 - Confirmar temores	5
Capítulo 2 - Por dónde comenzar	7
Capítulo 3 - Qué debo hacer ahora	10
Capítulo 4 - Consentimiento y confidencialidad	15
Capítulo 5 - Recaídas y recuperación	17
Capítulo 6 - Fuentes	19

## ¿Mi hijo está consumiendo sustancias?

El reloj de oro de mi abuela se perdió. Lo he conservado en mi alhajero durante los últimos 10 años.

Mi vecino me comentó que vio a mi hijo fumando marihuana con un grupo de adolescentes en el callejón.

Los amigos de mi hija son maleducados y huelen a alcohol. Mi hija actúa como si esto no tuviera importancia.

Encontré una botella de licor vacía debajo de la cama de mi hijo.

Estaba seguro de que había comprado más jarabe para la tos la semana pasada. ¿Qué hice con él?

Mi madre dijo que después de nuestra visita del fin de semana pasado, desaparecieron algunas de sus prescripciones.

Acaba de llamar la policía. Arrestaron a mi hija por tenencia de drogas. ¿Qué significa eso?

En la habitación de mi hija hay un olor muy fuerte a incienso y a desodorante de ambiente.

Mi hijo era un buen estudiante. Su último boletín de calificaciones estaba lleno de 0 y 1.

Cuando le pregunté a mi hijo dónde había estado la noche anterior, me insultó y dio un portazo.

Mi hijo hizo un hueco en la pared y se escapó de la casa.

Creo que mi hijo está consumiendo algo, pero no sé qué hacer.

Mi hija solía preocuparse por su apariencia física. Ahora su pelo se ve seco y tiene los ojos siempre rojos.

## Capítulo 1 - Confirmar temores

Los padres descubren de distintas maneras que su hijo está consumiendo alcohol y otras drogas. Puede que note cambios de conducta o cambios en los amigos. Un vecino o un profesor podrían informárselo. Puede que encuentre parafernalia para drogas en el cuarto de su hijo adolescente o que un integrante del personal de la sala de emergencias se comuniquen con usted. Más allá del modo en el que usted descubra que su hijo está consumiendo alcohol u otras drogas, la experiencia puede ser agobiante y atemorizante. Conocer algunos de los signos de abuso de sustancias puede ser su primera línea de defensa.

Si usted sospecha de que su hijo adolescente está consumiendo sustancias, a continuación le enumeramos algunos signos de advertencia para que usted evalúe:

- Cambio de amigos
- Baja en las calificaciones
- Cambios de humor
- Problemas legales
- Cambio de actividades e intereses
- Desaparición de objetos de valor de su casa
- Falta de higiene o cambios drásticos en el estilo de vida
- Desaparición de prescripciones médicas o medicamentos de venta libre
- Desaparición de alcohol
- Fascinación por la cultura de la droga (dibujar hojas de marihuana u hongos, pósters o camisetas que hagan referencia a la marihuana o a otras drogas)
- Desmejora de la salud física
- Aviso de alguien que le informa que su hijo está consumiendo sustancias
- Falta de motivación o cambio en la ética laboral
- Aumento de los conflictos familiares
- Trauma físico o emocional que el niño/adolescente haya sufrido

No se culpe a sí mismo si descubre más de uno de estos signos de advertencia. Si siente dentro suyo que algo está mal, pida ayuda. La participación de los padres y de la familia es un indicador importante de éxito cuando se trata con adolescentes y lograr su recuperación.

## Preguntas de los padres

Si yo no la hubiera dejado ir a todas esas fiestas...

Si ella no saliera con esos chicos...

Si viviéramos en otro vecindario...

Si su padre no bebiera alcohol...

Si me hubiera quedado más tiempo en casa después de la escuela...

Si le hubiera preguntado adónde iban...

Si le hubiera indicado una hora de regreso más temprana...

Si su hermano mayor no fuera consumidor...

Si hubiera prestado más atención a lo que ella hacía...

Si hubiera revisado su cuarto...

Si no se encontrara en un hogar de guarda...

Si hubiera cerrado el gabinete de bebidas alcohólicas...

Si lo hubiera esperado siempre hasta que llegara a casa.

Si no hubiera llamado a la policía por esa fiesta.

## Capítulo 2 - Por dónde comenzar

Darse cuenta de que su hijo adolescente podría estar consumiendo drogas o alcohol es una realidad atemorizante para los padres. Pueden sentirse desconcertados por la conducta de su hijo. Muchos se culpan a sí mismos o tratan de encontrar razones que expliquen su comportamiento: "Si me hubiera quedado más tiempo en casa después de la escuela...", "Si su padre no bebiera alcohol...", "Si ella no saliera con esos chicos..." "Si viviera en otro vecindario..."

Los padres también podrían recordar su propia experiencia con el alcohol y otras drogas cuando eran adolescentes. Estas experiencias pueden llevar a los padres a preguntarse si deben hacer algo o no. Después de todo, ¡les fue bien! Algunas de las drogas de hoy en día son mucho más potentes que las drogas antiguas. Por ejemplo, la marihuana que se encuentra a disposición de los adolescentes es mucho más fuerte que la de los 70 y los 80. Asimismo, con Internet, los celulares y otros medios electrónicos, los adolescentes tienen mucho más acceso a la información. Las presiones sociales para consumir alcohol y otras drogas son fuertes y la presión de sus pares a menudo los alienta a beber mucho lo que los conduce inevitablemente a "arruinarse". La música, la televisión y los videojuegos ofrecen la ilusión que consumir drogas y alcohol es normal en los adolescentes. La edad promedio del primer consumo de marihuana es de 14 años y la del primer consumo de alcohol es de 12 años. Estas estadísticas alarmantes les dan razones a los padres para prestar atención a las influencias de sus hijos adolescentes.

De lo que sí estamos seguros es de que un elemento clave que influye en una intervención, un tratamiento y una recuperación exitosos en los adolescentes es la participación de los padres y de la familia en general.

No siempre podemos entender el motivo por el que nuestros hijos toman las decisiones que toman, ni entendemos qué influyen sus decisiones. **Lo que sí sabemos con seguridad es que un elemento clave que influye en la intervención exitosa, el tratamiento y la recuperación de los adolescentes es la participación de los padres y de sus familias.** Es muy importante que los padres salgan de la situación de shock y entren en acción. Los padres deben intervenir cuando sospechan que existe abuso de alcohol u otras drogas. Los adolescentes pueden pasar rápidamente de la experimentación a la dependencia. Usted puede tomar medidas concretas para comenzar el proceso de ayuda para su hijo adolescente.

## Éstos son algunos de los pasos que puede seguir:

- Infórmese. Tenga en cuenta que se trata de un problema de salud grave y no de un rito de iniciación ni una cuestión moral. Reúna todos los datos que pueda sobre el alcohol y las sustancias que su hijo adolescente está consumiendo. Existen varios sitios web así como información en bibliotecas y escuelas.
- Hable con otros adultos que se encuentren a cargo de los cuidados primarios de su hijo. Asegúrese de que tanto usted como otras personas que cuiden de su hijo se manejen del mismo modo de manera de poder mostrarle a su hijo una apariencia unificada.
- Utilice exámenes de droga *aleatorios*. Realícele a su hijo exámenes de orina aleatorios sin avisarle. Los kits de exámenes de drogas están disponibles en muchas farmacias.
- Hable con su hijo adolescente. Cuando hable, asegúrese de que tanto él como usted estén calmos. Es muy importante que los padres y quienes estén a cargo del cuidado de su hijo hagan hincapié en que están tratando el tema desde una perspectiva de preocupación, **no** de culpa.
- Hable con su hijo cuando esté sobrio.
- Establezca límites claros con su hijo adolescente. Hágale saber que no tolerará el consumo de drogas en el futuro. Elimine los privilegios que dan lugar a malos comportamientos y al mismo tiempo aumente el acceso a actividades sociales positivas. Restrinja las actividades de fin de semana y después del horario escolar. Elimine los privilegios relacionados con el automóvil y el acceso al dinero. Preste atención a lo que su hijo guarda en su cuarto. Restrinja el uso del teléfono celular. Controle el tiempo que pasa frente a la computadora y mantenga el acceso a ésta en un espacio abierto de la casa, no en el cuarto. Realice seguimientos con el personal escolar de manera de asegurarse de que su hijo asiste a clases.
- Hágale saber a su hijo qué elecciones está dispuesto y no está dispuesto a respaldar.
- Sea coherente con sus expectativas y pautas y aplíquelas.
- Comparta la información y consiga apoyo de gente que trabaja con su hijo. ¿Su hijo tiene cuenta con un consejero/terapeuta? ¿Un funcionario de libertad condicional? ¿Un consejero escolar?
- Obtenga ayuda de un amigo o familiar que esté en recuperación.
- Contáctese con los organismos de Asistencia Social que puedan ofrecerle ayuda
- Contáctese con su compañía de seguros para consultar sobre la cobertura de las opciones de tratamiento.
- Identifique a alguien en quien pueda confiar, como un consejero, un amigo cercano o un pastor que pueda ser un apoyo para usted mientras usted y su familia transitan el camino hacia la recuperación.

## Excusas de los hijos adolescentes

Estás exagerando. ¡No es tan grave!

Es sólo jarabe para la tos.

De todos modos, ¿qué hacías en mi cuarto?

Puedo parar si quiero.

Los padres de Jeremy nos compraron la cerveza.

Debe ser confiable, por algo tienes una prescripción.

Manténte alejado de mis cosas.

A los padres de Vanessa no les molesta que ella tome.

Me lo vendieron en la tienda.

No estábamos haciendo nada. La policía nos estaba hostigando.

Todo el mundo fuma hierba.

Es tu culpa. Tú me presionaste mucho para que mejorara mis calificaciones.

## Capítulo 3 - Qué debo hacer ahora

Más allá del modo en el que su hijo adolescente le responda, es importante que usted obtenga apoyo de un profesional. Existen muchas organizaciones en el estado de Illinois que pueden apoyarlo en ese camino familiar. Las organizaciones ofrecen diferentes tipos de apoyo según las necesidades de su familia y la predisposición que su hijo muestra para participar. Su hijo puede encontrarse en cualquier momento de la secuencia de consumo, desde la experimentación hasta la dependencia química. Las organizaciones que tratan adolescentes están capacitados para determinar cuál es ese momento a través de una evaluación. Además de asesorarlo respecto del abuso de sustancias, las organizaciones también pueden asesorarlo en el tema de la salud mental. A menudo los adolescentes que consumen alcohol y otras drogas esconden síntomas relacionados con enfermedades mentales. A la combinación de problemas de abuso de sustancias y una enfermedad mental también se la conoce como trastorno simultáneo. Éstos son comunes en adolescentes que tienen problemas de abuso de sustancias. Si en su familia existen antecedentes de enfermedades mentales o si ha notado cambios en la conducta emocional ayude a su hijo asegurándose de que el organismo realice evaluaciones sobre salud mental.

Sondeo: un examen preliminar para determinar la aptitud para el programa.

Cuando llame al a organización para concertar una entrevista, es posible que le realicen un sondeo telefónico. Los sondeos no funcionan como evaluación de clasificación ni diagnóstico, sino que le permiten al a organización asegurarse de que está preparado para ocuparse de su caso. Prepárese para tomarse de 5 a 15 minutos en el teléfono para responder preguntas. Esto ayudará al a organización a asistir a su hijo adolescente con sus problemas de la mejor manera posible.

Evaluación: una es un examen que estudia el alcance del consumo de drogas, los problemas mentales y si el tratamiento es el adecuado.

Las evaluaciones de abuso de sustancias/salud mental normalmente se realizan en la primera entrevista con el adolescente y pueden llevar de 1 a 3 horas. Un consejero le hará preguntas detalladas sobre su consumo de alcohol y otras drogas. También podría consultarle a usted sus comentarios y observaciones. Luego de la evaluación el consejero puede proponer un nivel de servicio o tratamiento que su hijo necesite. A un adolescente que recién ha comenzado a consumir podrían resultarle provechosos servicios de intervención temprana. Estos pueden incluir terapia, grupos

Examen de drogas: se realizan habitualmente como análisis de orina para determinar la presencia de drogas ilegales en el organismo de una persona.

educativos o de clase que traten los efectos del alcohol y otras sustancias en los adolescentes. Los grupos de intervención temprana se concentran en habilidades necesarias para la vida cotidiana, desarrollo juvenil y habilidades sociales. Si su hijo ha llegado más allá de la experimentación, el consejero puede

proponer un tratamiento. A continuación enumeramos los dos tipos de tratamiento que se tendrán en cuenta al evaluar a su hijo.

### **Tratamiento como paciente hospitalizado o como paciente ambulatorio**

Los tratamientos para pacientes ambulatorios requieren que su hijo asista a sesiones de terapia individuales o grupales un par de horas por día, varios días/semanas. En otros casos podría ser de todo el día, 5 días/semanas, lo que normalmente se denomina tratamiento diurno u hospitalización parcial. Los programas ambulatorios pueden ser flexibles y se puede asistir a ellos a última hora de la tarde o en horario vespertino. Puede que se les solicite a las familias que participen en terapias familiares, grupos de apoyo o reuniones educativas.

Si un adolescente no está capacitado para mantenerse sano durante la finalización del programa ambulatorio o después de éste, puede ser derivado a un tratamiento de hospitalización. Puede evaluarse que algunos adolescentes necesiten someterse a un programa para pacientes hospitalizados al momento de la evaluación. Durante el tratamiento para pacientes hospitalizados o residencial, su hijo vivirá en un instituto por una determinada cantidad de días. Durante ese período, realizará terapia individual, terapia grupal y actividades que apoyen un estilo de vida libre de drogas una vez que se le de el alta. Los programas de tratamiento para pacientes hospitalizados también incorpora servicios educativos y terapéuticos para la familia y para el adolescente. A las familias se les puede solicitar que participen en diferentes sesiones de terapia familiar, grupos educativos o grupos de apoyo familiar. La institución en la que se realiza el tratamiento se mantendrá en contacto con la escuela de su hijo de manera de mantener los progresos educativos. Luego de que los adolescentes finalizan el programa, podrían "descender" a un programa ambulatorio que los controle y los apoye en el mantenimiento de los cambios logrados durante el tratamiento para pacientes hospitalizados.

### **Más cosas para saber sobre el tratamiento:**

Cuando hable con la consejera de su hijo, ella podría referirse al tratamiento en términos de Niveles. Ésto es de lo que la consejera le habla:

- Nivel I - El tratamiento para pacientes ambulatorios incluye terapia individual una o dos veces por semana, terapia familiar, terapia grupal o una combinación de estas cosas, que no superarán las 9 horas semanales.
- Nivel II - El tratamiento intensivo para pacientes ambulatorios (también conocido como Intensive Outpatient, IOP (Programa intensivo para pacientes ambulatorios), hospitalización parcial o tratamiento diurno) incluye todos los servicios

mencionados anteriormente, pero el paciente asiste varias veces a la semana durante varias horas por vez.

- Nivel III - El tratamiento intensivo para pacientes hospitalizados es un programa residencial. Los pacientes permanecen internados durante algunos días según el modo en el que está estructurado el programa y los problemas específicos del paciente. Habitualmente a los clientes se les da el alta en el Nivel I o II del programa para pacientes ambulatorios.

Los profesionales especializados en tratamientos contra el alcohol u otras drogas (AOD) ofrecen otros servicios. Solicitar ayuda de un profesional es de vital importancia para la recuperación de su hijo. El camino hacia la recuperación es largo, pero obtener el programa de tratamiento adecuado para su hijo es sólo un paso del camino.

### **¿Cómo busco un programa de tratamiento en mi comunidad?**

Existen varias para que los padres busquen instituciones de tratamiento para adolescentes en su comunidad.

1. Visite [www.findtreatment.samhsa.gov](http://www.findtreatment.samhsa.gov) y haga clic en el buscador de tratamientos. Seleccione "detailed search" (búsqueda detallada), luego ingrese su código postal y la cantidad de millas que está dispuesto a trasladarse y haga clic en "continue" (continuar). Marque "adolescents" (adolescentes) dentro de los "special programs/groups" (programas/grupos especiales) para encontrar programas para adolescentes y haga clic en "continue" (continuar). Marcar demasiadas opciones limita la búsqueda; es mejor marcar menos y evaluar las opciones de cada institución.
2. En Illinois, los padres pueden visitar [www.illinoistreatmentworks.org](http://www.illinoistreatmentworks.org). En la página principal hay un vínculo que conduce al directorio de proveedores para adolescentes. Allí usted encontrará una lista de instituciones de Illinois.
3. Hable con un representante de la comunidad. Los consejeros escolares, miembros del clero de su congregación, vecinos y amigos son personas adecuadas para comenzar con el proceso de búsqueda de ayuda.
4. Abra su guía telefónica de organismos de asistencia social o instituciones contra el abuso de sustancias. Comuníquese con los organismos y consulte si ofrecen tratamientos contra el abuso de sustancias y servicios de salud mental para adolescentes.
5. Llame a su compañía de seguros para buscar programas disponibles que su seguro cubre. También puede llamar a su Programa de Asistencia para Empleados o al Departamento de Recursos Humanos en su empleo para conseguir opciones de tratamiento.

## **Preguntas para consultar sobre un programa de tratamiento:**

### **Sobre la evaluación:**

- ¿Ofrecen servicios para adolescentes?
- ¿Las evaluaciones son pagas?
- ¿Qué debo llevar para la evaluación?
- Si se recomiendan servicios o tratamientos, ¿existe un período de espera?
- ¿Realizan exámenes de drogas?

### **Sobre el tratamiento para pacientes ambulatorios:**

- ¿Con qué frecuencia verá a su hijo?
- ¿Con qué frecuencia deberá verlos mi hijo?
- ¿Cuál es su experiencia en tratamientos con adolescentes?
- ¿Cuenta con capacitación especial para realizar tratamientos con adolescentes? Si la respuesta es no, ¿qué apoyo le ofrecerá el organismo en el tratamiento de mi hijo?
- ¿Qué me informarán sobre el estado de mi hijo?
- ¿Con qué frecuencia me reuniré con ustedes?
- ¿Qué sucede si mi hijo sigue consumiendo?
- ¿Qué sucede si mi hijo vuelve a consumir?
- ¿Qué tipos de servicios les ofrecen a los padres?

### **Sobre el costo:**

- ¿Cuál es el costo del tratamiento?
- ¿Pagaré mi seguro? ¿Cuántas sesiones cubre mi seguro?
- ¿Cómo puedo saber cuánto pagará mi seguro?
- ¿Medicaid pagará esto?
- ¿Qué sucede si no puedo pagar?

### **Sobre el tratamiento para pacientes hospitalizados:**

- ¿Cuánto tiempo mi hijo estará allí?
- ¿Mi hijo recibirá medicación? ¿Cómo se determinará eso?
- ¿Qué sucede si mi hijo se niega a recibir el tratamiento?
- ¿Con qué frecuencia puedo visitar a mi hijo?
- ¿Tengo que hacer terapia familiar?
- ¿Con qué frecuencia puedo venir de visita?
- ¿Mis visitas serán supervisadas?
- ¿Cuántos integrantes del personal se encuentran en la unidad durante el día? ¿Por la noche?
- ¿Cuál es el promedio de personal para adolescentes?
- ¿En qué tipo de actividades participará mi hijo?
- ¿Mi hijo irá a la escuela durante el tratamiento?
- ¿El trabajo se realizará en la escuela secundaria de mi hijo?
- ¿El profesor de la unidad está certificado?
- ¿Cuentan con un programa de atención continua?
- ¿Realizan algún seguimiento con la familia después del tratamiento?
- ¿Los métodos de tratamiento del programa han sido evaluados o estudiados?
- ¿Los servicios están disponibles luego del alta del tratamiento?
- ¿Qué servicios ofrecen para apoyar y educar a la familia?

### **Preguntas para la escuela de su hijo:**

#### **Sobre la escuela de su hijo:**

- ¿Qué sucede si mi hijo realiza un tratamiento de 30 días o más?
- ¿Dejarán a mi hijo volver al mismo año?
- ¿Qué les dirán a los profesores sobre la ausencia de mi hijo?
- ¿Cuentan con programas que apoyen a mi hijo a su regreso?

## Capítulo 4 - Consentimiento y confidencialidad

La confidencialidad es el derecho de una persona a mantener su privacidad con otra persona. En caso del tratamiento podría darse entre un adolescente y su consejera, una familia y una consejera o una padre y una consejera. La consejera debe respetar ciertas leyes estatales y federales, así como normas éticas que le prohíben divulgar la información personal de su familia con otras personas. Existen determinadas circunstancias en las que la confidencialidad puede dejarse de lado, por ejemplo, si el cliente otorga un permiso/consentimiento escrito en el que acepte romper esa confidencialidad o si el personal de un organismo necesita elaborar un informe sobre abuso o maltrato infantil. Pueden existir otras opciones sobre las que puede conversar con su consejero.

### Ley de Responsabilidad y Transferibilidad de Seguros Médicos (HIPAA)

Existe una ley federal que rige el modo en el que los organismos deben manejar la información confidencial, la Ley de Responsabilidad y Transferibilidad de Seguros Médicos de 1996, más conocida como **HIPAA**. Los organismos deben firmar documentos en los que se detallan los derechos que le corresponden según la HIPAA. Fundamentalmente, la HIPAA establece el modo en el que debe manejarse y divulgarse la salud personal, incluida la salud mental, de una persona. El Estado de Illinois también cuenta con leyes relacionadas con la confidencialidad, las que cumplen con al HIPAA. Estas leyes también disponen la cantidad de información a la que un padre puede acceder sobre el tratamiento de su propio hijo. Tanto las leyes federales como las estatales (42 C.F.R. (Código de Reglamentos Federales) Parte 2) protegen la confidencialidad de la información sobre abuso de sustancias. En Illinois, un menor de 12 años o mayor de esa edad puede solicitar que sus registros sobre abuso de sustancias y salud mental se mantengan fuera del alcance de sus padres o tutor.

También existen leyes estatales y federales que rigen el consentimiento para la realización del tratamiento. En general, una persona de 18 años o más joven debe contar con el permiso de un padre o tutor para solicitar tratamiento médico. A continuación se enumeran las condiciones que permiten que un menor autorice la realización de su propio tratamiento, pero a los fines de la

responsabilidad, los organismos normalmente solicitan el consentimiento de los padres.

**Tratamiento contra el abuso de sustancias** - Un niño de 12 años o mayor puede solicitar o autorizar la realización de su propio tratamiento contra el abuso de sustancias sin notificación de padre o tutor. En el tratamiento puede realizarse por su adicción o por la adicción de un familiar. La consejera trabajará con el adolescente para incluir a la familia en el tratamiento, pero no es necesario notificar a los padres, a menos que a discreción de la consejera, se vea comprometida la seguridad del adolescente. (410 ILCS (Compendio de Leyes de Illinois 210/4)

**Salud mental** - Un niño de 12 años o mayor puede recibir sesiones de terapia de hasta 45 minutos por problemas mentales sin el consentimiento de padre o tutor. Los padres no son responsables del costo de los servicios. (405 ILCS 5/3-501)

**Salud Mental del paciente hospitalizado/Voluntario** - un menor de 16 años o mayor puede ser admitido de manera voluntaria en una institución de salud mental. El padre o tutor deben ser notificados de inmediato. (405 ILCS 5/3-502)

**Salud Mental del paciente hospitalizado/No voluntario** - un menor puede ser admitido en una institución de salud mental si el director cree que la enfermedad mental o el desequilibrio emocional del menor justifican su hospitalización. (405 ILCS 5/3-503) Debe informarse al menor de 12 años o mayor su derecho de negarse a la hospitalización de un modo que este entienda. (405 ILCS 5/3-503) Si el menor se niega a ser hospitalizado, debe dársele el alta dentro de los 15 días, sin contar los fines de semana y los feriados, a menos que retire su negativa. (405 ILCS 405 5/3-507)

Información adicional:

[www.hhs.gov/ocr/hipaa/](http://www.hhs.gov/ocr/hipaa/) - la página oficial de la HIPAA

## Capítulo 5 - Recuperación

La recuperación se trata de reconstruir una vida sin drogas ni alcohol. Para los adolescentes esto puede ser importante durante el período de desarrollo en que buscan que sus amigos le den su aprobación. Para que una recuperación sea exitosa se debe aprender cómo mantener los cambios de estilo de vida y de creencias personales a lo cual se entrenan a los adolescentes durante el tratamiento. Para muchos adolescentes esto significa rechazar a amigos que ... [incompleto]. Los padres también pueden cumplir un papel principal en la recuperación de los adolescentes al permanecer conectados con ellos, ofrecerles oportunidades de diversión sin drogas y siendo comprensivos con los cambios que el adolescente tiene que atravesar.

La recuperación es distinta para cada adolescente dependiendo de los temas a los que se enfrenta en su adicción. Para algunos existen problemas de salud mental subyacentes o trastornos simultáneos que complican la recuperación. Los adolescentes pueden padecer de depresión, trastornos de la ansiedad, hiperactividad con falta de atención o trastorno de estrés post-traumático. Cuando busque servicios para sus adolescentes es importante que el programa de tratamiento pueda reconocer estos problemas y los trate conjuntamente con la adicción.

Un asunto complicado es que los adolescentes, por lo general, no desean participar en su recuperación, los traen los padres o los tutores, un tribunal los obliga al tratamiento, intentan evitar que los expulsen de la escuela o una suspensión prolongada de la escuela. Con frecuencia diversos sistemas afectan en la decisión del adolescente de permanecer en el tratamiento. El sistema de justicia penal puede requerirle a un adolescente que participe en terapia contra el abuso de sustancias por seis semanas, una escuela puede solicitar un examen de drogas y el programa de tratamiento puede pretender que participe por 90 días. Para un adolescente o para el padre puede resultar confuso decidir qué recomendación seguir.

La mejor solución a este conflicto es comunicarse con el programa de tratamiento que tiene experiencia en trabajar con adolescentes con problemas de abuso de sustancias y en manejar múltiples sistemas. Pueden ayudarlo a que colabore con su hijo para asegurarse de que está logrando lo máximo del tratamiento y ayudarlo a comunicarse con los diversos sistemas implicados. Mantenerse enfocado en la salud y recuperación de su hijo le ayudará a tomar buenas decisiones. Si consigue

respaldo para usted mismo le ayudará enormemente a conservar la responsabilidad de su hijo a la vez que contará con el apoyo que ambos necesitarán.

Las recaídas son comunes entre los adolescentes y no significa que sean un fracaso. Los adolescentes quizás tengan que buscar tratamiento de 2 a 4 veces antes de poder mantener la recuperación. El momento crítico son los primeros 30 a 90 días posteriores al tratamiento. Los padres pueden alentar y permitirles que ingresen a programas de recuperación para que puedan mantener sus objetivos. Las investigaciones sugieren que permanecer en un programa de atención continua por un año después del tratamiento es lo ideal. Los grupos de autoayuda, como Alcohólicos Anónimos (AA) se basan en la filosofía de que los adolescentes pueden conseguir respaldo hablando con otros adictos que están atravesando problemas similares. Las investigaciones confirman que una combinación de tratamiento y una participación en un programa de 12 pasos resultan ser la mejor posibilidad para una recuperación sostenida. Si bien pueden existir recaídas, existen muchos adolescentes que pueden sostener la recuperación sin volver a consumir alcohol ni drogas.

La adicción de un adolescente afecta a toda la familia. Los integrantes, incluso los hermanos, se beneficiarán de alguien que pueda escucharlos. Existe ayuda y respaldo disponible para padres, tutores y otros familiares en Al-Anon, Ala-teen, Families Anonymous, Nar-Anon y Co-Da. Estos grupos de "12 pasos" brindan apoyo imparcial, incondicional junto con la educación sobre la adicción y las formas con las cuales lidiar con la adicción de nuestros seres queridos como así también los esfuerzos de recuperación. Se pueden encontrar en muchas comunidades en todo el país. Los hermanos pueden obtener apoyo a través de la terapia o asistiendo a grupos de apoyo para hermanos. Los padres y tutores también pueden necesitar respaldo adicional por medio de terapia o asesoramiento individual. El programa de tratamiento de su hijo puede ayudarlo brindando referencias.

Para ayudar a los adolescentes a manejar su propia recuperación hace falta conocer sobre su desarrollo. El deseo de un adolescente de hacer cosas por sí mismo es tan importante como reconocer su necesidad de estar con su familia, como su necesidad de terminar la escuela y de mantener relaciones sociales saludables. Apoyar a los adolescentes a lidiar con estas necesidades además alienta a una recuperación sostenida. Sin importar cuales son las circunstancias suyas y de su hijo para buscar tratamiento, reconocer la recuperación como un proceso de curación para ambos y creer que los adolescentes con dependencia a alcohol o las drogas pueden recuperarse le ayudará a fortalecerlo en su camino.

## Capítulo 6 – Fuentes

### Sitios web útiles

Buscadores de tratamiento:

[www.findtreatment.samhsa.gov](http://www.findtreatment.samhsa.gov): brinda una lista de instituciones para tratamiento con licencia, certificados o aprobados para brindar servicios contra el abuso de sustancias conforme el estado de Illinois.

[www.illinoistreatmentworks.org](http://www.illinoistreatmentworks.org): es un sitio web que ofrece recursos e información sobre tratamiento de adolescentes en Illinois.

Sitios web con información para familias:

[www.family.samhsa.gov](http://www.family.samhsa.gov): Administración de Servicios de Abuso de Substancias y Salud Mental

[www.TheAntiDrug.com](http://www.TheAntiDrug.com): brinda recursos, información y datos para los padres

[www.laantidroga.com](http://www.laantidroga.com): es un sitio web en español con recursos, información y datos para los padres

[www.drugfree.org](http://www.drugfree.org): brinda consejos e información para padres y personas a cargo del cuidado. Además ingrese en [www.drugfree.org/teenbrain/](http://www.drugfree.org/teenbrain/) que brinda mucha información sobre la mente de los adolescentes.

[www.iffcmh.net](http://www.iffcmh.net): es el sitio web de Illinois Federation of Families. Brinda las ediciones anteriores de los boletines de noticias de Conexiones familiares para familias con adolescentes en recuperación. Además brinda información sobre los servicios para niños y adolescentes con problemas de salud mental y educación.

[www.mamasite.net](http://www.mamasite.net): es un sitio web amplio sobre la adicción a la metanfetamina.

[www.marijuana-info.org](http://www.marijuana-info.org): es un sitio web con información confiable sobre los efectos de la marihuana en el cerebro y los vínculos a otros sitios web para obtener más información.

[www.momstell.org](http://www.momstell.org): es un sitio web que se esfuerza en promover "la conciencia y eliminar el estigma del abuso de sustancias mediante la mejora de los tratamientos, la educación, la legislación, las políticas y la prevención."

[www.timetotalk.org](http://www.timetotalk.org): es un sitio web que brinda información a los padres para hablarles a niños y adolescentes sobre las drogas.

[www.24group.org](http://www.24group.org): es un sitio web con base en Indiana recopilado por los padres que tienen adolescentes en recuperación.

#### Sitios web con información para adolescentes:

[www.freevibe.com](http://www.freevibe.com): brinda información, hojas de datos, juegos y afiches sobre la adicción a las drogas.

[www.checkyourself.org](http://www.checkyourself.org): recursos, cuestionarios con información y videos para que los adolescentes se cuestionen su adicción a las drogas.

[www.thecoolspot.org](http://www.thecoolspot.org): es un sitio web que destaca "ser y pensar por ti mismo." Además incluye datos sobre la bebida en menores.

#### Información general:

[www.facesandvoicesofrecovery.com](http://www.facesandvoicesofrecovery.com): es una organización nacional que se ocupa de organizar y movilizar a la comunidad que está en recuperación.

[www.health.org](http://www.health.org): es un centro de intercambio de información sobre alcohol y drogas.

[www.samhsa.gov](http://www.samhsa.gov): es un centro nacional de intercambio de información sobre alcohol y drogas de la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental.

[www.iaodapca.org](http://www.iaodapca.org): es una organización sin fines de lucro de Illinois que promueve las normas para los profesionales del área de abuso de sustancias.

[www.nida.nih.gov](http://www.nida.nih.gov): instituto nacional sobre el abuso de drogas

[www.niaa.nih.gov](http://www.niaa.nih.gov): instituto nacional sobre abuso de alcohol y alcoholismo

### Grupos de apoyo mutuo:

[www.aa.org](http://www.aa.org) o [www.alcoholics-anonymous.org](http://www.alcoholics-anonymous.org): es el sitio web de Alcohólicos Anónimos

[www.cdaweb.org](http://www.cdaweb.org): dependientes de químicos anónimos

[www.ca.org](http://www.ca.org): es el sitio web para cocainómanos anónimos

[www.crystalmeth.org](http://www.crystalmeth.org): es el sitio web de adictos a la metanfetamina anónimos

[www.heroin-anonymous.org](http://www.heroin-anonymous.org): es el sitio web de adictos a la heroína anónimos

[www.womenforsobriety.org](http://www.womenforsobriety.org): es un grupo de autoayuda nacional para mujeres

### Grupos de apoyo para familias:

[www.ala-non.alateen.org](http://www.ala-non.alateen.org): es un grupo de apoyo para personas que están lidiando con la adicción de un familiar.

[www.co-anon.org](http://www.co-anon.org): es un grupo de apoyo para familias que lidian con la adicción a la cocaína.

[www.nar-anon.org](http://www.nar-anon.org): es un grupo de apoyo para familias que lidian con la adicción de alguna otra persona.

[www.familiesanonymous.org](http://www.familiesanonymous.org): es un grupo de apoyo para familias que lidian con la adicción de un ser querido.

## Números telefónicos útiles

Números nacionales de referencia gratuitos para tratamiento

1-800-662-HELP (4357) (inglés y español)

1-800-487-4889 (para hipoacúsicos)

División de alcoholismo y abuso de sustancias de Illinois: 866-213-0548

Alcohólicos anónimos: 312-346-1475

Narcóticos anónimos: 708-848-4884

Línea de referencia internacional de cocainómanos anónimos (NO es una línea de ayuda)

1-800-347-8998 ó 773-202-8898

Ala-non/Ala-teen: para pedir una cita llamar al 1-888-425-2666 de lunes a viernes entre las 8 a. m. y las 6 p. m. ET (horario del este). En Chicago llamar al 312-409-7245.

Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental: 800-729-6686

## Libros

**Sobre abuso de sustancias:**

**Addict in the Family: Stories of loss, hope and recovery** de Beverly Conyers. Hazeldon 2003. Este libro valida los sentimientos y experiencias de los padres y las familias que enfrentan la adicción de un hijo, junto con la educación.

**Beautiful Boy: A father's journey through his son's addiction** de David Scheff. Houghton Mifflin, 2008. Narra la historia de la adicción de un adolescente a través de los ojos de un padre.

**Tweak: Growing up on Methamphetamines** de Nick Schef. Ginee Seo books, 2008. Se describe como memorias fuertes sobre la adicción al alcohol y las drogas y como un compañero del libro anterior.

**Blackout Girl: Growing and Drying Out in America** de Jennifer Storm. Hazelden, 2008. La historia personal de la adicción de la autora que comenzó a los 12 años de edad.

**Broken** de William Cope Moyers. Viking Penguin, 2006. El autor, hijo de Bill Moyers, cuenta su propia caída en la adicción al alcohol y la cocaína en la década del 80 y del 90.

**Crystal Meth: They Call it Ice** de la Dra. Mary F. Holly, Tate Publishing. 2008. Este es un libro sobre la metanfetamina y los estragos que causa en las comunidades y en las familias. Incluye información sobre la bioquímica de la metanfetamina en el organismo, los factores de riesgo y las formas de conseguir ayuda.

**In My Skin: A Memoir** de Kate Holden. Arcade Publishing, 2008. La autora australiana repasa sus años de consumidora de heroína.

Sobre los retos de los adolescentes:

**The Explosive Child: Understanding and Helping Easily Frustrated, "Chronically Inflexible" Children** de Ross W. Greene, Ph.D. Harper Collins, 2001.

**Treating Explosive Kids: The Collaborative Problem-Solving Approach** de Ross W. Greene, J. Stuart Ablon. The Guilford Press, 2006.

**Setting Limits: How to Raise Responsible, Independent Children by Providing Clear Boundaries** de Robert McKenzie. Prima Publishing, 1998. También se recomienda del mismo autor: **Setting Limits with your Strong Willed Child** y **Setting Limits in the Classroom**.

Sobre el desarrollo de los adolescentes:

**The Second Family: Dealing with Peer Power, Pop Culture, The Wall of Silence** de Ron Taffel con Melinda Blau, St. Martins Press. 2001.

**Get Out of My Life, but first could your drive me and Cheryl to the mall?**  
Anthony E. Wolf, Phd., Farrar Straus and Giroux, 2002.

**The Primal Teen: What the new discoveries about the teenage brain tell us about our kids** de Barbara Strauch. Doubleday, 2003.

**Why do they act that way? A survival guide to the adolescent brain for you and your teen.** De David Walsh y Nat Bennett. Free Press, 2004.

## **Video**

**Addiction**, conjunto de 4 discos, HBO Documentary Films. 2007.

## **Siglas**

**ATE:** Autorización para el tratamiento de adolescentes

Todos los consejeros están certificados (ej. CADC, CMADC, MISA I y II) o con licencia (es decir, LCPC, LCSW). La ATE indica que un consejero acumuló cierta cantidad de horas adicionales de educación y experiencia laboral *específicamente con adolescentes* y que, con frecuencia, asiste a capacitación orientada al abuso de sustancias en adolescentes para mantener su autorización. Esta certificación o licencia es general, la ATE es específica para consejeros de adolescentes.

**CADC:** Consejero certificado en alcoholismo y abuso de otras drogas

Un CADC tiene al menos un título de escuela secundaria o equivalente, además de trabajo de capacitación específica para prepararse para trabajar en esta área. Este consejero tiene al menos dos años de experiencia trabajando con pacientes con problemas con el alcohol y abuso de sustancias antes de obtener su certificación y recibe supervisión frecuente de una persona que tenga mayor conocimiento sobre el abuso de sustancias. Asimismo ha realizado capacitación específica relacionada con los problemas de abuso de sustancias y ha tomado un examen para comprobar su idoneidad. Además asiste con regularidad a capacitaciones para conservar su título.

**CMADC:** Consejero certificado con postgrado en alcoholismo y drogadicción

Este consejero tiene un título de postgrado o doctorado en terapia u otra área relacionada y ha trabajado al menos cinco años con abuso de sustancias. Asimismo tiene experiencia en supervisar otros especialistas. Este profesional ha realizado capacitación específica para brindar terapia sobre abuso de sustancias y ha aprobado exámenes para comprobar su idoneidad. Además asiste con frecuencia a cursos de capacitación para conservar su título.

**CSAT:** Centro de Tratamiento de las Toxicomanías que forma parte de SAMHSA (Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental, por sus siglas en inglés) y trabaja con los estados y grupos basados en la comunidad para mejorar y ampliar los servicios existentes de tratamiento de drogadicción conforme el programa de Substance Abuse Prevention y Treatment Block Grant.

**DASA:** División de abusos de sustancias y alcohol. Es una división del Departamento de Servicios Humanos del Estado de Illinois.

**DMH:** División de Salud Mental del Departamento de Servicios Humanos del Estado de Illinois.

**IAODAPCA:** Illinois Alcohol and Other Drug Abuse Professional Certification Association, Inc.

**LCPC:** El consejero clínico profesional licenciado es la persona con un título de postgrado en terapia y cuenta con una licencia del estado de Illinois. Este consejero ha realizado la cantidad requerida de horas con pacientes y lo ha supervisado otro consejero licenciado. Este profesional realiza una capacitación constante para conservar su licencia.

**LCSW:** Asistente social clínico licenciado. Es un asistente social con nivel de postgrado que cuenta con una licencia del estado de Illinois. Este profesional ha realizado la cantidad requerida de horas con pacientes y lo ha supervisado otro asistente social licenciado. Este asistente social realiza una capacitación constante para conservar su licencia.

**MISA I y II:** Trastornos mentales y abuso de sustancias. Es una persona que ha realizado capacitación específica y ha recibido supervisión en asuntos de

trastornos mentales y abuso de sustancias. Los consejeros deben realizar capacitación constante para conservar sus credenciales.

**RDDP:** Profesional en diagnóstico doble registrado. Es un profesional licenciado con experiencia y formación tanto en trastornos mentales como en abuso de sustancias. Los profesionales deben realizar capacitación constante para conservar sus credenciales.

**SAMHSA:** Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental que pertenece al Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos y promueve la calidad y disponibilidad de servicios de tratamiento de abuso de sustancias basados en la comunidad para personas y familias que lo necesitan.

**SAP:** Programas de asistencia para estudiantes. Brinda grupos de apoyo, terapia individual y servicios de intervención en su gran mayoría a nivel de escuela secundaria en muchos distritos escolares de Illinois.

# Notas

## Números telefónicos importantes

	N.º de teléfono	Notas
<b>Organización</b>		
<b>Consejero</b>		
<b>Escuela</b>		

**Exención de responsabilidad:** DHS-DASA (División de Alcoholismo y Abuso de Substancias del Departamento de Servicios Humanos del Estado de Illinois) ha financiado esta publicación a través del Subsidio Federal N° H79 TI17375 de la SAMHSA (Administración de Servicios de Abuso de Substancias y Salud Mental). Las opiniones expresadas no reflejan necesariamente las políticas oficiales del Departamento de Salud y Servicios Humanos; así como tampoco la mención de nombres comerciales, prácticas comerciales u organizaciones representa consentimiento alguno del gobierno de los Estados Unidos.

**Notificación sobre dominio público:** Todo el material que aparece en este manual excepto el que se extrajo directamente de fuentes protegidas por derecho de autor pueden reproducirse o copiarse sin permiso de IFF, Departamento de Servicios Humanos de Illinois (IDHS) o SAMHSA. Se agradecería la citación de la fuente. No obstante, esta publicación no podría reproducirse ni distribuirse por una suma de dinero sin la autorización expresa y por escrito de la Oficina de Notificaciones de SAMHSA o del Departamento de Servicios Humanos de Illinois o la Illinois Federation of Families.

Acceso electrónico: Esta publicación puede descargarse de [www.illinoistreatmentworks.org](http://www.illinoistreatmentworks.org) o [www.iffcmh.net](http://www.iffcmh.net).

**Cita recomendadas:** *A Parent's Journey: Navigating Teen Substance Use*. (2008). Chicago IL: División de Alcoholismo y Abuso de Substancias de Illinois e Illinois Federation of Families.