

Tratamiento para el consumo de alcohol o drogas.

Si el consumo de alcohol o drogas está afectando su salud física y/o mental, su familia, sus relaciones, su trabajo, sus estudios, sus finanzas u otro aspecto de su vida, debería buscar ayuda.

Los servicios de apoyo están disponibles para usted, así como para su familia y amigos si estos lo consideran necesario. Su tratamiento se creará en consulta con usted y dependerá de sus necesidades específicas. El tipo de tratamiento que reciba puede cambiar con el tiempo, pero se le consultará y se le hará partícipe del proceso.

Si usted está consumiendo alcohol o drogas y no está interesado en buscar tratamiento, será una buena idea tener chequeos regulares con su médico de cabecera.

¿Cómo puedo obtener ayuda?

La mayoría de los servicios de tratamiento para el alcoholismo y drogadicción aceptan la auto-remisión, esto que significa que una persona puede ponerse en contacto con los servicios de tratamiento directamente para concertar una evaluación. Para encontrar y discutir los servicios de tratamiento llame al Servicio de Información sobre Alcohol y Drogas de su estado o territorio. Los números se encuentran a continuación:

ACT (02) 5124 9977	TAS 1800 250 015
NSW (02) 9361 8000 1800 422 599 (fuera de Sídney)	WA (08) 9442 5000 1800 198 024 (fuera de Perth)
NT 1800 131 350	VIC 1300 85 85 84 (información) 1800 888 236 (asesoría)
QLD 1800 177 833	SA 1300 131 340

Su médico puede así mismo proporcionarle una remisión para un servicio especializado de tratamiento de la drogadicción, así como información, apoyo y atención continua una vez haya finalizado su participación en el servicio especializado. Es importante recordar que no todos los pacientes requerirán un tratamiento especializado.

Los servicios de tratamiento con financiación privada pueden requerir una remisión de un médico, por lo que es una buena idea consultar con antelación. Después de contactar un servicio de tratamiento, se organizará una evaluación. Esto puede hacerse por teléfono o en persona en principio, para luego discutir las opciones de tratamiento. Puede haber una lista de espera para algunos servicios, pero si no se dispone del tratamiento adecuado en una entidad determinada, puede remitirse a los servicios a otro lugar. Si actualmente está esperando tratamiento y busca apoyo, puede acceder a ayudas llamando a ADIS (números listados anteriormente) o visitando: www.counsellingonline.org.au.

¿Qué tipo de tratamientos se encuentran disponibles?

Existe una serie de opciones de tratamiento disponibles tanto para pacientes privados como para pacientes públicos, que pueden combinarse. Entre estas se incluyen:

Manejo de la abstinencia / Desintoxicación

- **Servicios residenciales:** proporcionan un entorno de apoyo y convivencia para que las personas desistan de forma segura de la dependencia del alcohol o las drogas en un centro u hospital supervisado. Estas instalaciones cuentan con personal constantemente y pueden ofrecer asesoramiento individual y grupal, así como apoyo entre compañeros.
- **Servicios no residenciales:** se basan en la comunidad. Esto significa que no es necesario que resida en un centro u hospital durante el tiempo que dure su tratamiento. Los servicios no residenciales se prestan a través de zonas geográficas y se les remite a los servicios de su área local. Entre los ejemplos de servicios no residenciales están la orientación, el retiro no residencial y la rehabilitación terapéutica diurna.

- **Programas de rehabilitación:** proporcionan alojamiento, así como un plan de cuidado estructurado y puede durar desde unas pocas semanas hasta varios años. Por lo general, no suelen proporcionar medicación para la abstinencia, por lo que es importante que ya haya completado su tratamiento de abstinencia antes de su admisión a este servicio.
- **Servicios de apoyo social:** pueden proporcionarle asistencia en materia de vivienda, financiera, jurídica, de salud general, dental y de otro tipo.
- **Servicios de doble diagnóstico:** son aquellos que atienden a personas que experimentan tanto problemas de salud mental como de abuso de sustancias; esto se conoce como “doble diagnóstico”. Este diagnóstico de consumo de sustancias, así como de trastornos de la salud mental es común y requiere servicios para responder a ambos problemas.
- **Programas de apoyo entre compañeros:** suelen ser facilitados por personas con experiencia personal en el consumo o dependencia de sustancias, más que por un profesional de la salud. Alcohólicos Anónimos y Narcóticos Anónimos son ejemplos de programas de apoyo entre compañeros.
- **Orientación:** es el tipo de tratamiento más común. Puede adoptar distintas formas, como hablar de sus problemas, cambiar sus patrones de pensamiento o planificar cómo afrontar situaciones difíciles. Los servicios de orientación pueden ofrecerse en persona, por teléfono o en línea.
- **Farmacoterapia:** el uso de un medicamento para reemplazar una droga es llamado “farmacoterapia de sustitución”. El medicamento es administrado como una dosis prescrita de una droga con el fin de reducir la ansiedad. Esto sólo está disponible para algunas drogas y su médico o servicio de tratamiento puede darle más información acerca de la disponibilidad del tratamiento para su situación específica.
- **Abstinencia o desintoxicación:** implica detener o reducir el consumo de sustancias. Muchas personas experimentan síntomas durante la abstinencia debido a su dependencia física o psicológica. Desintoxicarse o abstenerse sin participar en otros tratamientos puede llevar a una recaída. Es importante explorar tratamientos complementarios como asesoramiento, el apoyo de compañeros o la rehabilitación, para apoyarlo durante o después de dejar de consumir sustancias.
- **Servicios de Apoyo Familiar:** están disponibles para apoyar a aquellos que están a su alrededor y que puedan ser afectados por su consumo de drogas. Además de proporcionar comprensión, pueden ofrecer información sobre la mejor manera de ayudar durante el tratamiento. Family Drug Support (Apoyo familiar anti-drogas) desde cualquier parte de Australia: 1300 368 186 o Family Drug Help 1300 660 068 (Ayuda anti-drogas para la familia)

¿Cuánto costará?

Es posible que algunos servicios del sector público tengan un costo mínimo, pero varias de las distintas opciones de tratamiento (como la orientación y tratamientos de abstinencia) suelen ser gratuitas o de bajo costo. Tendrá que pagar por cualquier tratamiento realizado por servicios privados de alcohol y drogas. Los servicios residenciales sin fines de lucro suelen pedir una contribución voluntaria de los residentes por los servicios obtenidos (por ejemplo, Newstart) mientras permanecen en tratamiento residencial.

Antes de comenzar su tratamiento, póngase en contacto con Medicare y/o con su seguro médico privado, si lo tiene, para confirmar exactamente qué está cubierto dentro de su póliza. Se recomienda un seguro médico privado si se desea acceder a servicios del sector de tratamiento privado.

No tiene que sufrir con problemas de drogadicción solo. Para obtener información y orientación, llame a DrugInfo al 1300 85 85 84

Para obtener consejos y apoyo sobre cómo ayudar a un amigo o familiar que consume drogas, póngase en contacto con Family Drug Help (Ayuda anti-drogas para la familia) al 1300 660 068



● Manténgase informado

 twitter.com/alcoholdrugfdn

 facebook.com/alcoholdrugfdn

● Contáctenos

 1300 85 85 84

 adf.org.au

© Alcohol and Drug Foundation 2019

ABN 66 057 731

Aviso Legal: La Fundación Australiana para las Drogas ha hecho todo lo posible para garantizar que el material contenido en esta publicación sea correcto en el momento de su impresión.

La Fundación Australiana para las Drogas no ofrece ninguna garantía ni acepta ninguna responsabilidad por la exactitud o integridad de la información y se reserva el derecho de hacer cambios sin previo aviso en cualquier momento a su absoluta discreción.