



EMTIRO HEALTH
inspired support.

NAVEGANDO POR SU CUIDADO DE LA SALUD

Tratamiento y Apoyo

¿Le preocupa su uso de drogas o el de un amigo o ser querido? Su primera parada para programas de abuso de sustancias son las Entidades Locales de Control / Organizaciones de Manejo de Atención (LME/MCOs, por sus siglas en inglés). Todas tienen acceso telefónico 24/7/365, servicios de crisis, y proveedores de salud que pueden compartir información sobre uso de sustancias y proveer los pasos a seguir para conseguir tratamiento. Las que brindan servicios en nuestra área incluyen:

Cardinal Innovations

Sirviendo los condados de Forsyth, Davidson, Davie, Stokes, y Rockingham (entre otros)

www.cardinalinnovations.org Línea de Acceso / Crisis: 1-800-939-5911

Partners Behavioral Health Management

Sirviendo los condados de Yadkin y Surry (entre otros)

<http://www.partnersbhm.org> Línea de Acceso / Crisis: 1-888-235-4673

Sandhills Center

Sirviendo el condado de Guilford (entre otros)

www.sandhillscenter.org Línea de Acceso / Crisis: 1-800-256-2452

Puede encontrar recursos adicionales mediante NC 2-1-1 (<https://www.nc211.org>) o marcando 211 o 888-892-1162. Este servicio es gratis, confidencial, multilingüe y 24/7/365.

¿Qué es LA ADICCIÓN?

COMENCEMOS DESDE EL PRINCIPIO.

Todos buscamos placer; de hecho no podríamos sobrevivir sin ello. Algunos buscan placer mediante: yoga, relaciones positivas, autos veloces, buena comida, música, juegos de apuesta, pasar tiempo en la playa, alcohol, fármacos recetados, drogas, tabaco, sexo, paracaidismo, y el listado no termina. Cada cual busca y gana placer en una variedad de modos única para cada uno. ¿Podría ser adictiva cualquiera de esas cosas? A veces. Sólo se considera adicción si incluye comportamiento compulsivo, abuso continuado a pesar de consecuencias negativas y cambios persistentes en la estructura y el funcionamiento del cerebro.

¿Entonces, si todos buscamos placer, por qué no todos somos adictos a algo? Bueno, eso es complicado. Tomemos los alimentos por ejemplo: Todos necesitamos nutrición para sobrevivir, pero a algunos sólo les interesa para sobrevivir, no tiene otra atracción. Otros buscan alimentos extraños, exóticos e inusuales para preparar y comer. La mayoría estamos en algún punto entre esos extremos. ¿Si la comida da placer (y esto se mide a base de cambios en la química de nuestro cerebro cuando comemos esas cosas que nos gustan) por qué no todos somos obesos? La mayoría optamos comer aún esos alimentos que nos encantan sólo en moderación porque también tenemos otras opciones de estilo de vida saludable que tomamos. Pero hay quienes que, por variedad de razones, parecen no poder dejar de comer y se tornan mórbidamente obesos. ¿Son adictos? Probablemente. El comportamiento de alimentación es compulsivo y continúa a pesar de consecuencias negativas a la salud y el bienestar.

¿Qué hay del alcohol y otras drogas? La mayoría bebe alcohol a niveles responsables. La mayoría toma medicamentos según recetados. En algunos estados, muchos fuman marihuana de manera que se considera ser razonable. En estos casos, los que beben, toman pastillas o fuman, lo hacen de manera que usualmente no altera sus vidas, carreras, familias, o comunidades. Por otro lado, algunos individuos son mucho más propensos a tornarse adictos debido a su composición genética, antecedente familiar y otros factores que causan que sus cerebros sean más fáciles de secuestrar. Suponga que, por alguna o varias razones, nunca se ha sentido verdaderamente cómodo con sí mismo o tiene autoestima baja. Entonces, suponga que tiene una experiencia (alcohol y drogas son sólo algunos de estos tipos de experiencias) y se siente fenomenal. Finalmente hay algo en lo que puede depender para ayudarlo a sentirse mejor de sí mismo. Cree que puede controlar cómo y cuándo usará drogas, pero las usará porque sentirse bien sobre sí mismo es lo que importa. No planea ser adicto, pero la droga cambia la química de su cerebro y finalmente necesita las drogas sólo para sentirse normal (de hecho, se siente mal sin ellas) y entonces hará lo que sea para conseguirlas. Esto es adicción y aquellos que son adictos no pueden dejar de usar las drogas fácilmente, sin importarles las consecuencias personales, sociales, médicas o legales.

Las consecuencias de una adicción (especialmente la adicción a drogas) típicamente son extremas y/o peligrosas, tales como actos ilegales para conseguir dinero para drogas, retirarse de amistades, familia, trabajo o escuela para usar drogas, y hasta la muerte debido a sobredosis o accidentes mortales. El proceso de adicción, aunque típicamente más rápido, es similar a cualquier otra enfermedad crónica tal como una persona que desarrolla diabetes de adulto. Las decisiones que tomamos, primordialmente en torno a ejercicio y dieta en el caso de diabetes, llevan a esa condición, pero es difícil para uno cambiar toda una vida de hábitos aun cuando es claro que el comportamiento está llevándonos a lo que hasta uno mismo considera ser un resultado indeseable.

Lo que sí es claro para adicciones y otras enfermedades crónicas es que la mayoría, si no son prevenibles, entonces son tratables. Que los cambios biológicos que han ocurrido pueden controlarse y es posible tener una vida saludable, productiva y feliz. La prevención funciona. El tratamiento es efectivo. La gente se recupera.



¿Cuán común es el abuso de drogas y alcohol?

En Carolina del Norte (de acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Uso de Drogas de 2015-2016) alrededor de 242,000 individuos de 12 años de edad o más (2.89% de esa población) tenían un trastorno de uso de drogas ilegales (estos incluyen el mal uso de psicoterapéuticos recetados, marihuana, cocaína (incluyendo crack), heroína, halucinógenos, inhalantes o metanfetaminas). Esto es como 30% de aquellos que usaron una droga ilegal el último mes; así que no todo el que usa drogas ilegales se torna adicto. De aquellos con un trastorno de uso de drogas ilegales 201,000 (2.40%) necesitaban pero no recibían tratamiento para ese trastorno; esto significa que sólo como 17% de aquellos en necesidad de tratamiento lo recibieron. Durante este mismo periodo como 389,000 individuos de 12 años o más (4.69% de esa población) tenían un trastorno de uso de alcohol. Esto es sólo como 10% de aquellos que bebieron alcohol en el último mes; así que la mayoría de los que beben alcohol no se tornan adictos. De aquellos con un trastorno de uso de alcohol 371,000 (4.43%) necesitaban pero no recibieron tratamiento para ese trastorno; esto significa que sólo como 5% de aquellos en necesidad de tratamiento lo recibieron. Además, 183,000 (15.97%) individuos menores de edad, entre 12 y 20 años de edad usaron alcohol el mes pasado.

La epidemia de opioides también ha sido un problema significativo en Carolina del Norte, que enfrenta tasas de muertes por sobredosis mucho más altas que el promedio nacional.

Mientras que el alcohol y otras drogas ciertamente tienen un papel en estos números, casi todas estas muertes se atribuyen a opioides. El número de muertes por sobredosis en Carolina del Norte aumentó alrededor de un 260% del 1999 al 2014, de 363 en el 1999 a 1,306 en el 2014.

Los datos del 2014 también mostraron que los opioides recetados contribuyeron a más de la mitad de toda muerte por sobredosis relacionada con drogas. De las 25 peores ciudades por abuso de opioides en el país, cuatro están en Carolina del Norte: Wilmington, Hickory, Jacksonville, y Fayetteville. Wilmington solo tuvo una tasa de abuso de opioides de 11.6% - la más alta en el país.