



SERVICIOS DE APOYO



INTRODUCCIÓN

Si usted sabe que su hijo o un ser querido está abusando de las drogas, tiene un buen motivo para estar preocupado. Es posible que esté desesperado, que tenga miedo e incluso que esté avergonzado, pero usted PUEDE hacer algo al respecto. Puede intentar diferentes maneras que harán que el consumo de drogas le resulte menos atractivo. Es importante mencionar que obtener ayuda para alguien es un proceso, jamás un evento. Esto significa que tendrá que intentar diferentes maneras con el transcurso del tiempo y nunca deberá rendirse. Este folleto le ofrecerá ideas y consejos para que pueda comenzar a ayudar, pero es importante que obtenga información y también ayuda para usted mismo.

EL CONOCIMIENTO ES PODER

Si usted sabe que su hijo está abusando del alcohol, las drogas o el tabaco, recuerde que el conocimiento es poder. Cuanta más información tenga sobre cómo hablar con su hijo sobre el consumo de sustancias, más cómodo y preparado estará. Encontrar el momento correcto, en el que ambos estén disponibles, para hablar sobre sus inquietudes es el primer paso para una conversación positiva. Esté preparado para la evasión y la negación. Prepárese para algunas preguntas sobre su propio uso.

Las siguientes organizaciones ofrecen información y recursos que pueden ayudar a usted y a su familia.

Oficina de Servicios y Apoyo para las Adicciones
del Estado de Nueva York

oasas.ny.gov | 518-473-3460

CombatAddiction.ny.gov
www.Talk2Prevent.ny.gov

The Partnership at Drugfree.org
drugfree.org | 855-378-4373

American Council for Drug Education
acde.org | 800-378-4435

Families Against Drugs
familiesagainstdrugs.net

Al-Anon and Alateen
al-anon.org | 757-563-1600

Faces and Voices of Recovery
facesandvoicesofrecovery.org
202-737-0690

Centro para el Tratamiento del Abuso
de Sustancias de SAMHSA
samhsa.gov/about/csats.aspx
240-276-1660

Servicios de Salud Mental y
de Abuso de Sustancias
www.samhsa.gov | 877-SAMHSA-7

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas
www.nida.nih.gov/nidahome.html
800-662-HELP

Consejo Nacional sobre Alcoholismo y
Drogadicción
www.ncadd.org | 800-NCACALL

PARA OBTENER AYUDA E INFORMACIÓN
OASAS.NY.GOV

LLAME AL: 1-877-8-HOPENY (1-877-846-7369)
ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO A:
HOPENY AL 467369



Oficina de Servicios y
Apoyo para las Adicciones

USTED PUEDE MARCAR LA DIFERENCIA

Una guía sobre el consumo
de sustancias en adolescentes/
jóvenes adultos



INTERVENCIÓN



Oficina de Servicios y
Apoyo para las Adicciones



ESQUEMA GENERAL DE UNA INTERVENCIÓN

Busque ayuda profesional. Los asesores escolares y los profesionales de la salud pueden ayudar con las remisiones a asesores capacitados quienes están preparados para evaluar de manera adecuada el consumo de drogas o alcohol de su hijo.

No dude en abordar este asunto. Esté preparado para discutir y tomar las medidas adecuadas.

MANIFIESTE SUS INQUIETUDES por un incidente en particular y relaciónelo con el uso de sustancias químicas.

SEA OBJETIVO y específico.

DESCRIBA cómo se siente.

ESTABLEZCA LÍMITES y acuerde un resultado.

PIDA AYUDA. ¡Hay muchos recursos confidenciales disponibles para cuidadores y mentores si usted los solicita!

EJEMPLO:

Sé que tú no (insertar comportamiento). Estoy muy preocupado/a por ti, y tengo miedo de lo que le está sucediendo a nuestra familia. He coordinado una cita para ti, para que puedas conseguir ayuda.

DROGAS AMPLIAMENTE UTILIZADAS:

Tabaco, alcohol, analgésicos recetados, marihuana e inhalantes

PASOS QUE PUEDE TOMAR

Manténgase a usted y a su hijo rodeado de sostén afectivo.

- Hable con su hijo cuando no esté bajo la influencia de las drogas o el alcohol.
- Exprese su preocupación, no eche culpas.
- Use el conocimiento que usted tiene de su hijo y confíe en sus propios instintos en cuanto a cómo abordar el tema.
- No oculte los comportamientos de su hijo para conseguir drogas o alcohol a los familiares.
- Establezca pautas para las conductas, así como para los toques de queda y tipos de amigos. Póngalos en un contrato que tenga consecuencias y privilegios.
- Siempre haga que su hijo asuma la responsabilidad de sus acciones.
- No deje que la vergüenza ni el enojo le impida obtener ayuda de alguien que sepa sobre el trastorno de consumo de sustancias.
- Asegúrese de que usted y otros cuidadores estén en la misma página, para que pueda mostrarle a su hijo un frente unido.
- Si su hijo necesita tratamiento, prepare una intervención formal en la que participen seres queridos y que el tratamiento sea el resultado.
- Tenga en cuenta que el tratamiento es voluntario y que su hijo puede rehusarse a ir. Es importante que haya algún tipo de presión, tales como consecuencias legales, eliminación de las actividades extracurriculares o asignación fuera del hogar.



CONTRATO MODELO

TÉRMINOS

- Prohibido el consumo de alcohol, drogas o tabaco
- Prohibido salir con otros consumidores

PRIVILEGIOS

- Cualquier cosa que sea un beneficio para la persona

CONSECUENCIAS

- Pérdida de privilegios
- Buscar ayuda profesional

FIRMAS

- Suya y de la persona