



## Ayudando a su ser querido en MMT

***L* a drogadicción** no se puede “curar” pero se puede tratar para que la vida continúe más normalmente. Pero la recuperación de una drogadicción es un camino que debe recorrer durante toda su vida.

Si tiene un ser querido, miembro de la familia, compañero o amigo íntimo, en un programa de tratamiento de mantenimiento con metadona (MMT), este folleto le ofrece algunas sugerencias sobre cómo puede formar parte de ese recorrido y ofrecer ayuda.

### *¿Qué es* la drogadicción?

Las personas comienzan a consumir drogas con un potencial adictivo por diversas razones. Sin embargo, en cierto momento, muchos se vuelven dependientes de esas drogas tanto física como mentalmente. Están adictos. Las ansias y las compulsiones para usar las drogas se vuelven obsesiones cotidianas.

La Asociación Médica Estadounidense y otras autoridades, reconocen la drogadicción como una enfermedad que trastorna la función normal del cerebro. Algunos han comparado la adicción a los opioides con otras enfermedades, como por ejemplo la diabetes. No desaparece por sí sola, simplemente empeora sin un tratamiento adecuado. La metadona para una persona adicta a los opioides es muy similar a la insulina para un diabético.

### *¿Cómo* funciona la metadona?

La metadona es un medicamento para calmar el dolor que se descubrió en la década de 1940 como un sustituto de la morfina. Las drogas del tipo de la morfina se conocen como opioides, y actúan en el cerebro sobre los centros del dolor, el estado de ánimo y otros estados emocionales. La heroína, el Demerol®, el OxyContin®, y el Vicodin® también son opioides y todos ellos pueden ser adictivos.

La metadona misma es un opioide, pero tiene ciertas cualidades especiales que la convierten en un medicamento muy útil para tratar la adicción a los opioides. En la década de 1960, se encontró que si se tomaba diariamente lo que se ha denominado “dosis de mantenimiento” como parte de un programa de recuperación que ofrezca servicios de apoyo, la meta-

dona ayuda a restablecer una función más natural del cerebro.

En una dosis oral adecuada, la metadona no hace que la persona se sienta “drogada” o “volada” como otros opioides. Cada dosis tiene una duración de 24 horas y elimina las ansias de la droga.

Muchas personas afirman que en realidad la metadona los hace sentir “normal” por primera vez en mucho tiempo. Una persona en un programa de MMT puede trabajar, concurrir a la escuela y vivir en general una vida mejor y más saludable.

## ¿Cuánto tiempo dura el MMT?

No existe un período de tiempo específico en el MMT que sea mejor para todas las personas. Cuanto más tiempo permanezca la persona en el tratamiento con metadona, mayores son las probabilidades de una recuperación exitosa.

Muchas personas toman metadona durante toda la vida, y lo hacen con gusto. Después de un tiempo, algunas personas en MMT deciden intentar un enfoque completamente libre de drogas, sin metadona, pero esto siempre debe ser discutido primero con el personal de la clínica.

## ¿Cómo puede ayudar usted?

El apoyo más importante que puede ofrecer es el incentivo. La recuperación puede ser difícil y penosa, tanto física como emocionalmente, en especial durante los primeros días. Deje que su ser querido sepa que usted está orgulloso de él, que usted nota un cambio para bien y que desea ayudar.

Existen muchas reglas de la clínica de MMT que su ser querido debe cumplir, como por ejemplo concurrir a la clínica para recibir la dosis de metadona y participar en la terapia. Comprenda que es posible que estos compromisos tengan prioridad sobre otras obligaciones.

La metadona no es una cura para la adicción, es tan solo un tratamiento para la adicción a los opioides. Evite llevar drogas o alcohol a su casa. Es posible que su ser querido necesite evitar a las personas y los lugares que una vez asoció con el consumo de drogas.

Si su ser querido tiene dosis de metadona para llevar a su hogar, ayude asegurándose de que tome la dosis correcta cada día exactamente como se le indicó. Esto puede hacerse de un modo atento, al igual que como lo haría con cualquier otro medicamento que ponga en juego la vida, como puede ser un medicamento para un problema cardíaco.

## ¿Qué más puede hacer usted?

**Leer este panfleto fue un buen comienzo para ayudar a su ser querido en MMT. A continuación le presentamos otras cosas que puede hacer:**

- **Obtenga más información sobre la adicción y el MMT. Preséntese con el personal de la clínica y solicite panfletos, hojas de datos y otra información.**
- **Participe con su ser querido en los eventos de la clínica e intégrese en grupos de apoyo que incluyen familias y amigos de las personas en tratamiento.**
- **Si está experimentando conflictos con su ser querido en MMT, obtenga ayuda profesional antes de que la situación se torne fuera de control.**
- **Si su ser querido sufre una recaída con las drogas, sea comprensivo pero firme acerca de la necesidad de volver a comenzar con el programa de MMT. Si necesita ayuda, hable con el personal de la clínica.**
- **Recuerde que sus propias necesidades también son importantes. Antes de que pueda ayudar a su ser querido en MMT, usted debe cuidarse a sí mismo y a aquellos por los que es responsable, como por ejemplo hijos pequeños.**

**La metadona se ha usado durante más de 35 años, ha ayudado a millones de personas a recuperarse de la adicción a los opioides. Indirectamente, también ha ayudado a personas como usted con un ser querido en MMT. Usted no está solo.**

Para información adicional sobre adicción y recuperación, visite el sitio web del *Foro de Tratamiento de Adicciones* en: [www.atforum.com](http://www.atforum.com).

TRATAMIENTO DE LA ADICCIÓN

# Foro