



Comentarle a los demás acerca del MMT

***L* a honestidad personal** es esencial para recuperarse de la adicción. Sin embargo, cuando se trata de contar a otras personas acerca de su participación en el tratamiento de mantenimiento con metadona (MMT), a quién le dice, cuándo lo dice y que dice, puede marcar una gran diferencia en su vida.

Comentarlo con los demás es una decisión que usted debe analizar detenidamente, y este folleto le ofrece algunas sugerencias útiles.

¿Los demás comprenderán?

La mayoría de las personas no comprenden qué significa realmente una adicción y un tratamiento para la adicción. Peor aún, muchas personas tienen concepciones negativas acerca de los individuos que se convierten en drogadictos, los adictos son estigmatizados, incluso cuando se encuentran en tratamiento.

Esto es especialmente cierto cuando se trata del MMT. Algunas personas creen erróneamente que tomar metadona es simplemente sustituir una adicción por otra. O que la metadona es igual de nociva que la heroína.

Por lo tanto, cuando usted le comenta a otra persona sobre su participación en el MMT, debe estar preparado para explicarle de qué se trata. De esta forma, pueden apoyarlo más en su nueva vida hacia la recuperación.

¿Qué es lo que deben saber los demás?

La adicción a los opioides es una enfermedad y la metadona es un medicamento opioide recetado para tratar dicha enfermedad. La metadona se ha utilizado de esta forma por más de 35 años y ha ayudado a millones de adictos a recuperarse.

Es necesario que las personas comprendan que la dosis de metadona no lo hacen sentirse “volado” y que usted puede funcionar perfectamente bien mientras la toma. También deben saber que, al igual que los medicamentos para la diabetes o los problemas cardíacos, con frecuencia la metadona debe tomarse diariamente durante toda la vida.

Concéntrese en la forma en la que el MMT le ha permitido vivir una vida mejor. Evite discutir lo terrible

que eran las cosas en el pasado - aquellas personas cercanas a usted ya lo saben y los demás no tienen necesidad de saberlo.

¿Se debe informar a la familia y a los amigos?

En la mayoría de los casos, usted deseará contarle a sus seres queridos, como por ejemplo su cónyuge o compañero/a, a los hijos mayores, o a sus padres. Estas son las personas que se han preocupado por su drogadicción pasada y desearán saber acerca de su tratamiento con metadona para que puedan apoyarlo y animarlo.

Los demás pueden ser informados si es “necesario”. Los niños pequeños, los familiares que ve ocasionalmente o los amigos cercanos pueden hacer preguntas acerca de su nueva y mejor vida: respóndales con la verdad.

Los amigos pasados que aún son adictos a las drogas pueden sentirse celosos de su éxito o pueden extrañar su compañía como compañero de adicción. Generalmente, estas personas no lo apoyarán demasiado y es mejor evitarlas cuando sea posible.

¿Qué hacer con las personas en el trabajo?

Para ciertos empleos, es obligatorio someterse a una prueba para detectar drogas. O es posible que en una solicitud de empleo se le pregunte si está tomando algún medicamento recetado. La honestidad es la mejor política. Si no proporciona una información completa en la solicitud o si evita mencionarlo antes de la prueba para detectar la presencia de drogas, podría obtener un resultado positivo de opioides en la prueba, y esto provocaría dudas sobre su honradez.

Pero, su participación en el MMT no puede ser usada en su contra. Las leyes tales como la Ley para Estadounidenses con Incapacidades, protegen a las personas en tratamiento por adicciones contra discriminaciones en el trabajo. Y es obligatorio hacer ciertos “arreglos razonables”, como por ejemplo un horario de trabajo que le permita asistir a la clínica.

En la mayoría de los casos, no existe una razón para que los compañeros de trabajo se enteren de que usted está en MMT. Si surge el tema, y usted decide comentarles, tenga presente que es posible que ellos no comprendan y lo miren de una forma diferente a partir de ese momento.

¿Es necesario que los profesionales sanitarios lo sepan?

Es absolutamente necesario comunicar a sus doctores, dentistas, enfermeros y otros profesionales médicos que usted está tomando metadona. En primer lugar, es posible que usted tenga necesidades especiales con respecto al tratamiento del dolor. Y más importante aún, ciertos medicamentos recetados pueden interactuar con su metadona, bloqueando los efectos de la metadona o de los demás medicamentos, y por lo tanto se deben evitar dichos fármacos.

¿Qué más puede hacer usted?

En ocasiones, es posible que los demás no reaccionen como usted espera cuando les comenta sobre su programa de metadona. Sin embargo, existe ayuda a su disposición.

- **Reúna panfletos, hojas de datos, y otra información que le ayude a instruir a los demás acerca del MMT.**
- **Solicite ayuda al personal de su clínica para explicar a otros qué es el MMT.**
- **Si existen conflictos con la familia, los amigos u otras personas con respecto a su participación en el MMT, discuta estos problemas con el personal de la clínica.**
- **Si le preocupa ser discriminado en el empleo o con respecto a su vivienda, consulte al personal de la clínica sobre la asistencia disponible.**
- **Si cualquier profesional sanitario tiene dudas sobre cómo tratarlo, remítalo al personal médico de la clínica para que obtenga más información.**

Recuerde, la forma en la que comenta a otros sobre su recuperación en MMT es tan importante como a quién se lo comenta. Con una actitud honesta, sincera y humilde logrará mucho más apoyo para sus esfuerzos de recuperación de la adicción.

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

TRATAMIENTO DE LA ADICCIÓN

Foro