

martes 18 de julio de 2023

Preguntas frecuentes

¿Cómo sé si tengo una adicción?

Cuando abandono y tengo problemas con las actividades personales de mi vida diaria, trabajo, familia, amigos... y dedico la mayor parte del tiempo a todo lo relacionado con mi abuso o adicción.

Para ayudarte a saber si tienes un problema, puedes acceder al apartado de los **CENTROS DE TRATAMIENTO AMBULATORIO EN ADICCIONES** llamando al teléfono de referencia de tu centro más cercano o por medio del correo electrónico.

¿Qué tengo que hacer para ponerme en tratamiento?

Puedes pedir una cita personalmente acudiendo al centro de tratamiento más cercano a tu lugar de residencia, telefónicamente o a través de correo electrónico. Para saber qué centro tienes más cerca y obtener la dirección y teléfono, entra en el apartado **CENTROS DE TRATAMIENTO AMBULATORIO EN ADICCIONES**.

¿Qué drogas o adicciones se tratan en el SPDA?

Drogas ilegales (heroína, cocaína, drogas de diseño, cannabis, etc.), drogas legales (alcohol, tabaco y psicofármacos) y adicciones sin sustancia o comportamentales: adicción al sexo, al trabajo, a las compras compulsivas, al ejercicio, adivinación-tarot, juego patológico, apuestas deportivas y las adicciones tecnológicas (ordenador, internet, móvil, videojuegos, etc.).

¿Cuánto cuestan los tratamientos?

Los Centros son de titularidad pública y todas las actividades terapéuticas se harán en condiciones de gratuidad, las personas usuarias solo tienen que pagar los desplazamientos a los centros y el precio que tengan algunos tratamientos farmacológicos en las farmacias.

¿Cuáles son las fases del tratamiento?

A) **DESINTOXICACIÓN.** Consiste en la eliminación del tóxico del organismo, paliando o mitigando con apoyo farmacológico los síntomas negativos del síndrome abstinencial. Puede ser de 2 tipos: Domiciliaria (en el propio domicilio o en la Vivienda de Supervisión al Tratamiento) o en régimen de internamiento por derivación a la Unidad de Desintoxicación Hospitalaria (UDH) o Comunidad Terapéutica (CT).

B) **DESHABITUACIÓN.** Tiene por objetivo consolidar la abstinencia y prevenir recaídas. Consiste en ayudar a la persona usuaria a identificar y modificar aquellas características de su estilo de vida que están ayudando a mantener la conducta adictiva, desarrollando las habilidades y competencias necesarias para hacer frente a situaciones conflictivas y de riesgo y generar un nuevo estilo de vida más saludable. Puede ser de 2 tipos: Ambulatoria o Residencial (derivación a Comunidad Terapéutica).

C) **INCORPORACIÓN SOCIAL.** Consiste en ayudar a la persona a desarrollar plenamente sus capacidades para permitirle participar de forma activa y crítica en la sociedad.

¿Recuperaré mi vida normal?

Si, primero con la desintoxicación médica y más adelante con el tratamiento psicológico y la ayuda para la incorporación social, desarrollaremos las habilidades y competencias necesarias para hacer frente a situaciones conflictivas y de riesgo, generando un nuevo estilo de vida más saludable anterior al consumo de sustancias.

¿Recuperaré mi memoria?

Es verdad que con el consumo de drogas, incluido el alcohol, puede haber un deterioro de las funciones cognitivas de memoria y aprendizaje, pero el cerebro tiene mucha plasticidad y tras dejar el consumo, se logra recuperar esos procesos de memoria y aprendizaje. Aunque si es verdad que cuando el consumo ha sido muy abusivo y durante muchos años no se logrará revertir del todo ese deterioro de memoria y demás procesos cognitivos, aunque sí puede mejorar.

¿Se puede salir de esto, cuánta gente lo supera?

Por supuesto que se puede salir, siendo consciente del problema, teniendo una buena motivación y siguiendo las indicaciones de nuestros terapeutas y siempre asistiendo con regularidad a nuestras citas, cualquier persona puede salir de este problema.

¿Cuánto tiempo necesitaré para superar este problema?

Esto va a depender de la situación socio-familiar de la persona, el tipo de drogas o adicción, el tiempo que se lleva consumiendo, el estilo de vida, etc. El tiempo aproximado para finalizar con éxito muchos de los tratamientos es aproximadamente de un año, solo en circunstancias familiares o sociales más adversas pueden hacerse estos más largos. No obstante, el terapeuta de referencia irá marcando los tiempos junto a la persona usuaria. En todo caso, lo importante es siempre mantener la adherencia al tratamiento, seguir las recomendaciones y asistir a las citas programadas.

¿Puedo ingresar en un Centro?

Primero hay que iniciar el tratamiento en alguno de nuestros Centros de Tratamiento Ambulatorio y allí se valorará por parte de los profesionales el recurso más adecuado para su tratamiento según la problemática que presente.

Tengo un familiar o amigo-a que no acepta que tiene un problema adictivo ¿Qué hago?

Apoyarle con paciencia y escucha activa, motivándole y haciéndole ver las consecuencias negativas del consumo de sustancias y otras adicciones en los momentos que no este bajo los efectos del consumo, orientándole posteriormente a algunos de nuestros centros para abordar su problemática.

¿Cuál es vuestro horario?

Al ser Centros de Tratamiento Ambulatorio, nuestro horario de atención al público es de 10:00h a 14:00h, de lunes a viernes, salvo festivos.