

Estos niños necesitan que se validen sus experiencias. También necesitan adultos seguros y responsables en quienes confiar y que los apoyen, los tranquilicen y les proporcionen la ayuda adecuada para su edad. Necesitan divertirse y ser simplemente niños.

Las familias con problemas de drogas y alcohol normalmente tienen altos niveles de estrés y confusión. El entorno familiar de gran estrés es un factor de riesgo para el uso de sustancias a una edad temprana y peligrosa, así como para problemas de salud mental y física.

Es importante hablar con los niños honestamente sobre lo que está sucediendo en la familia y ayudarlos a expresar sus inquietudes y sentimientos. Los niños necesitan confiar en los adultos que forman parte de sus vidas y creer que éstos van a apoyarlos.

Los niños que conviven con el abuso de alcohol o drogas en la familia pueden beneficiarse de participar en grupos de apoyo educativo en los programas escolares de ayuda a estudiantes. Los que tengan 11 años o más pueden unirse a grupos de Alateen, que se reúnen en entornos comunitarios y ofrecen oportunidades para relacionarse en forma saludable con otros que lidian con problemas similares. También puede ayudar asociarse a las actividades de una comunidad que se apoya en la fe.

### Recursos para obtener información y ayuda

Hay ayuda a su disposición en su comunidad. Busque en la Sección Amarilla bajo Alcoholismo (“Alcoholism” en inglés) para encontrar programas de tratamiento y grupos de autoayuda. Llame al departamento de salud de su condado, o ciudad, y pregunte sobre programas de tratamiento legalmente

autorizados en su comunidad. Siga buscando hasta que encuentre la ayuda adecuada para su ser querido, para usted y para su familia. Pida a un consejero familiar que le recomiende un especialista en intervención en casos de abuso de sustancias, o llame al Intervention Resource Center (Centro de Recursos de Intervención) al 1-888-421-4321.

### Grupos de autoayuda

Al-Anon Family Groups (para familias)  
[www.al-anon.org](http://www.al-anon.org) (en inglés y español)

Alateen (para adolescentes)  
[www.alateen.org](http://www.alateen.org) (en inglés y español)

Alcoholics Anonymous (para alcohólicos)  
[www.aa.org](http://www.aa.org) (en inglés y español)

Adult Children of Alcoholics (para hijos adultos de padres alcohólicos)  
[www.adultchildren.org](http://www.adultchildren.org) (en inglés)

Para encontrar un centro de asesoramiento pastoral en su comunidad, visite [www.aapc.org](http://www.aapc.org) (en inglés).

### Para obtener más información

Línea de ayuda nacional de SAMHSA  
1-800-662-4357 / 1-800-662-HELP  
(inglés y español)  
[www.findtreatment.samhsa.gov](http://www.findtreatment.samhsa.gov) (en inglés)

National Association for Children of Alcoholics (para hijos de padres alcohólicos)  
[www.nacoa.org](http://www.nacoa.org) (en inglés)

National Council on Alcoholism and Drug Dependence (trata de la dependencia del alcohol y las drogas)  
[www.ncadd.org](http://www.ncadd.org) (en inglés)



Publicación No. (SMA) 06-4203 de DHHS Impreso en 2005  
Reimpreso en 2006  
Publicación No. PHD1112S del NCADI

# La adicción al alcohol y las drogas ocurre en las mejores familias



...y duele

Pero no tiene que ser así



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES  
Substance Abuse and Mental Health Services Administration  
Center for Substance Abuse Treatment  
[www.samhsa.gov](http://www.samhsa.gov)



## El abuso del alcohol y las drogas lastima a toda la familia

La dependencia del alcohol y las drogas es nuestro problema de salud pública más grave. Prevalece entre ricos y pobres, en todas las regiones del país, y en todos los grupos étnicos y sociales.

Millones de estadounidenses abusan o son dependientes del alcohol o las drogas. La mayoría de ellos tienen familias que sufren las consecuencias, a menudo graves, de convivir con esta enfermedad. Si existe un caso de dependencia del alcohol o las drogas en su familia, recuerde que no está solo.

La mayoría de las personas que abusan del alcohol o las drogas tienen trabajos y son miembros productivos de la sociedad, lo que crea en la familia una falsa esperanza de que “no es tan terrible”.

El problema es que la adicción tiende a empeorar con el tiempo, lastimando tanto a la persona adicta como a todos los miembros de su familia. Es particularmente dañino para los niños pequeños y los adolescentes.

Es posible que las personas con esta enfermedad piensen realmente que beben en forma normal, o que “todo el mundo” consume drogas. Estas falsas creencias se denominan “negación”; esta negación forma parte de la enfermedad.

### No tiene que ser así

Los trastornos por dependencia de drogas o alcohol son problemas médicos que pueden tratarse en forma eficaz. Millones de estadounidenses y sus familias están recuperándose sanamente de esta enfermedad.

Si alguna persona cercana a usted abusa del alcohol o las drogas, el primer paso es ser honesto sobre el problema y buscar ayuda para usted mismo, para su familia y para su ser querido.

El tratamiento puede tener lugar en una variedad de entornos, de muchas maneras diferentes, y puede durar distintos períodos de tiempo. Detener el uso de alcohol o drogas es el primer paso para la recuperación, y la mayoría de las personas necesitan ayuda para lograr esta meta. A menudo, una persona que depende del alcohol o las drogas necesita tratamiento proporcionado por profesionales, al igual que con las demás enfermedades. Su médico tal vez pueda guiarlo.



“¿Qué es el Tratamiento para el Abuso de Sustancias? Un Folleto para las Familias” fue redactado especialmente para familiares. Está disponible a través de la línea nacional de ayuda de SAMHSA llamando al 1-800-662-4357 / 1-800-662-HELP.

## Una intervención familiar puede comenzar la curación

Lograr que un ser querido acepte ayuda y encontrar servicios de apoyo para todos los familiares son los primeros pasos hacia la curación, tanto de la persona adicta como de toda la familia.

Cuando una persona adicta se rehúsa a buscar ayuda, a veces los familiares, amigos y colegas se reúnen, por preocupación y por amor, para enfrentar a esta persona. Instan con firmeza a la persona a ingresar a un programa de tratamiento y enumeran las graves consecuencias de no hacerlo, tales como la desintegración de la familia o la pérdida del trabajo.

Esto se llama “intervención”. Cuando se prepara cuidadosamente y se hace con la orientación de un especialista competente y capacitado, la familia, los amigos y los compañeros pueden, por lo general, convencer a su ser querido (en forma firme pero cariñosa) de que la única opción es aceptar ayuda y comenzar el camino hacia la recuperación.

Las personas con problemas de dependencia del alcohol o las drogas pueden recuperarse y sí lo logran. La intervención es, a menudo, el primer paso.

## ¡Los niños también necesitan ayuda!

Los niños de familias que padecen del abuso de alcohol o las drogas necesitan atención, orientación y apoyo. Puede que estén creciendo en hogares donde los problemas se nieguen o se oculten.