

Tratamiento para la adicción a la heroína

El mejor tratamiento para la adicción a la heroína (también conocido como trastorno por consumo de heroína) dependerá de sus necesidades. Algunos medicamentos combinados con terapia conductual pueden ser el método más eficaz. El primer paso suele ser la desintoxicación. Esta ayuda a aliviar los síntomas mientras el cuerpo se acostumbra a vivir sin la droga.

La metadona y otros medicamentos antinarcóticos

Hoy en día, existen muchos medicamentos para reemplazar los opioides que son de gran ayuda para lograr el éxito en el proceso de dejar de consumir heroína. La metadona se utiliza desde hace más de 30 años para tratar el trastorno por consumo de heroína. Produce el efecto de aliviar las ansias por la droga. Si se usa siguiendo las indicaciones del tratamiento, no produce cansancio ni adormecimiento. Tampoco afecta la capacidad de realizar las tareas de la vida diaria. La metadona se toma una vez al día. También es posible usar un medicamento más nuevo en vez de la metadona, como naltrexona o buprenorfina. Estos actúan de diferentes maneras para ayudarlo a limitar el uso de heroína.

Terapia conductual

Se utilizan muchos tipos de terapias conductuales para tratar el trastorno por consumo de heroína. Algunas de estas terapias pueden cambiar la manera de pensar y de comportarse. Otras, como la terapia de manejo de contingencias, utilizan un sistema de recompensa para ayudarle a mantenerse alejado de la droga. Estos tratamientos pueden ser parte de un programa para pacientes internados o ambulatorios. En un programa de internación, convivirá con otras personas que tienen el mismo problema que usted. Tal vez necesite permanecer internado entre tres y seis meses para recibir el tratamiento. Como paciente ambulatorio, recibirá la terapia sin alterar su vida normal.



Grupos de autoayuda

Estos grupos ofrecen apoyo y aliento. Son un soporte constante durante el período de recuperación. Al principio, irá a reuniones todos los días. Luego, es posible que vaya únicamente cuando necesite apoyo adicional. También hay grupos para los seres queridos de las personas adictas a las drogas ilícitas y de las que están en recuperación.

¿Dónde puedo encontrar ayuda?

No es fácil recuperarse del trastorno por consumo de heroína. Pero recuerde que no tiene por qué hacerlo todo usted solo. Hable con un proveedor de atención médica o con un asesor en adicciones. También puede consultar los recursos que se detallan a continuación.

Más información

Los programas de tratamiento y las clínicas de salud mental aparecen en el directorio telefónico. Busque grupos de apoyo como Narcóticos Anónimos. Otros recursos que puede probar son los siguientes:

- [Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias en www.samhsa.gov/about-us/contact-us](http://www.samhsa.gov/about-us/contact-us) o 800-662-4357
- [Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas en www.drugabuse.gov](http://www.drugabuse.gov)