

# Conozca los hechos sobre el trastorno por consumo de sustancias

## HECHO NÚMERO UNO: LA ADICCIÓN ES UNA ENFERMEDAD

El trastorno por consumo de sustancias, comúnmente conocido como adicción, es una enfermedad que afecta a miles de habitantes de Indiana.

**1 DE CADA 12**  
HABITANTES DE INDIANA  
cumplen los criterios para el trastorno por consumo de sustancias

## HECHO NÚMERO DOS: HAY TRATAMIENTOS DISPONIBLES

El tratamiento lleva tiempo, pero hay muchas opciones altamente efectivas: desde tratamientos con medicamentos hasta programas de 12 pasos.

## HECHO NÚMERO TRES: LA REHABILITACIÓN ES POSIBLE

Las personas pueden recuperarse del trastorno por consumo de sustancias con un plan de tratamiento y el apoyo adecuados.



Know  
the  
facts.

¿Está usted o alguien que ama luchando  
contra una adicción? Obtenga apoyo:

Encuentra tratamientos: [TreatmentAtlas.org/es/](https://TreatmentAtlas.org/es/)

Hable con un especialista en recuperación o  
conéctese con expertos: [línea 2-1-1](tel:1-800-662-HELP)

Línea de ayuda nacional de la SAMHSA:  
[1-800-662-HELP \(4357\)](tel:1-800-662-HELP)

Línea 988 contra las crisis y el suicidio: [9-8-8](tel:988)

Encuentre recursos locales de recuperación en  
[in.gov/recovery](https://in.gov/recovery)

Know  
the  
facts.

Para obtener más información sobre cómo acabar con el  
estigma del trastorno por consumo de sustancias, visite:

**[SeeBeyondTheAddiction.org](https://SeeBeyondTheAddiction.org)**



Know the Facts es una iniciativa del estado de Indiana destinada  
a reducir el estigma del trastorno por consumo de sustancias.

Estas fotos no representan a personas que padecen trastorno por consumo de sustancias o que están en recuperación.

**NO DEJE  
QUE MI  
ADICCIÓN  
CAMBIE LA  
FORMA  
COMO ME VE**

Acabemos con el estigma.



# Ayude a acabar con el estigma

Todos podemos contribuir para ayudar a los residentes de Indiana afectados por esta enfermedad. Aquí hay cinco formas en que puede ayudar:

## Vea a la persona detrás de la enfermedad

Elegir ver a la persona y no solo su adicción es el primer paso para terminar con el estigma del trastorno por consumo de sustancias. Cuando reducimos las percepciones negativas sobre la enfermedad, las personas se sienten más cómodas buscando tratamiento.

## Inicie la conversación

Le quitamos fuerza a la vergüenza y al estigma cuando hablamos. Tal vez tenga un amigo que está luchando contra una adicción. Tal vez un ser querido no entiende que la adicción es una enfermedad. Hable con ellos: nunca se sabe a dónde podría conducir una conversación.



## Ayude a encontrar tratamientos

¿Alguien en su vida tiene un trastorno por consumo de sustancias? Sin tratar de solucionar el problema o forzarlos a que se rehabiliten, intente hablar con ellos sobre las opciones de tratamiento.

Encuentra tratamientos en [TreatmentAtlas.org/es/](https://TreatmentAtlas.org/es/)

## Apoye a los que están en recuperación

Hay muchas maneras en que puede apoyar a los habitantes de Indiana que están en recuperación. Aumente su conocimiento sobre los diferentes trastornos por consumo de sustancias, ofrezca su tiempo para ser voluntario en organizaciones de rehabilitación, asista a una reunión de un grupo de apoyo con un ser querido o asista a eventos locales.



## Debemos cambiar la forma en que hablamos sobre la adicción

Gran parte del lenguaje que la gente usa para hablar sobre la adicción puede ser estigmatizante. Cambiar el lenguaje puede ayudar a cambiar esas percepciones. ¿No está seguro de qué decir? Utilice este cuadro de ayuda:

DIGA ESTO	ESTO, NO
Persona con una drogadicción	Adicto, toxicómano, drogadicto, yonqui, drogata
Enfermedad	Hábito drogadicto
Persona que vive en recuperación	Exadicto
Persona arrestada por un delito relacionado con las drogas	Delincuente toxicómano
Dependiente de las drogas	Enganchado a las drogas
Los medicamentos son un recurso terapéutico	Los medicamentos son una muleta
Tuvo un tropiezo	Recayó
Se mantiene en recuperación/sin consumir drogas	Sigue limpio
La prueba de detección de drogas dio resultado negativo	Está limpio
La prueba de detección de drogas dio resultado positivo	Está contaminado