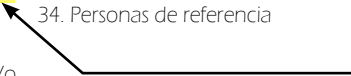


¿Tienes problemas con el alcohol,  
los narcóticos, los fármacos  
o el dopaje?

Así funcionan los servicios de  
asistencia



# Índice

- 4. Consumo de riesgo
  - 4. Dependencia, abuso o consumo perjudicial
  - 5. Dopaje
  - 5. Dependencia de fármacos
  - 6. Tratamiento
  - 7. Asistencia sanitaria
  - 8. Municipios
  - 10. Organizaciones de voluntariado
  - 11. Información sobre tratamientos alternativos
  - 11. La Seguridad Social (Försäkringskassan)
  - 12–13. Los servicios sociales te apoyan
  - 14. Plan de asistencia y plan individual
  - 14. Plan individual coordinado (SIP)
  - 15. Derecho a tu información
  - 15. Confidencialidad
  - 16. Obligación de notificación relativa a niños
  - 17. Tratamiento involuntario
  - 17. Decisión sobre la LVM
  - 19. Intérprete
  - 19. Persona de apoyo
  - 19. Homosexuales, bisexuales y/o transexuales (HBT)
  - 20. ¿Estás amenazado?
  - 21. Tratamiento ambulatorio o tratamiento hospitalario
  - 21. Tratamiento de mantenimiento en caso de dependencia de opiáceos
  - 22. Intervenciones en caso de comorbilidad
  - 22. Intervenciones en caso de TDAH y abuso
  - 23. Intervenciones en caso de dependencia de fármacos
  - 23. Centro TUB en la provincia de Estocolmo
  - 23. Intervenciones en caso de dopaje
  - 24. ¿Estás embarazada?
  - 25. Personas cercanas a una persona con problemas de abuso o dependencia
  - 25. Los derechos de los niños como familiares
  - 26–27. Ayuda a la autoayuda
  - 28–31. Organizaciones de voluntariado
  - 32–33. Algunos conceptos
  - 34. Personas de referencia
- 

**¿Necesitas ayuda urgente?  
Llama al 112 o acude al servicio  
de urgencias más cercano.**



Hola: esto es lo que puedes esperar al ser mayor de edad

El presente libro trata de los servicios de asistencia en caso de abuso o dependencia del alcohol, de fármacos, de sustancias dopantes o de otros narcóticos. Tú o alguna persona cercana a ti podrían necesitar ayuda.

Sabrás, por ejemplo, cómo se puede evaluar el consumo y qué sucede si se desea recibir ayuda y tratamiento. En general, la asistencia que se ofrece tiene éxito, y la mayoría consigue superar el abuso o la dependencia.

¿No quieres leer todo el libro? Entonces lee solo los apartados marcados en amarillo.

## Consumo de riesgo

El consumo de riesgo es un consumo de alcohol que no se ha convertido en dependencia, pero que genera el riesgo de sufrir daños, sobre todo psíquicos y sociales, pero a veces también físicos. En general, se considera consumo de riesgo tomar más de 14 vasos a la semana en el caso de los hombres y 9 en el caso de las mujeres.

Un número menor de vasos también puede causar daños, por ejemplo, cáncer. Si estás embarazada no debes probar el alcohol. En el caso de los narcóticos (que están penalizados) no se habla de consumo de riesgo, sino de abuso o dependencia.

## *Dependencia, abuso o consumo perjudicial*

Dependencia significa que el consumo ocupa toda la vida y es probable que sufras síntomas de abstinencia al desaparecer la droga. En función de la droga, la abstinencia puede manifestarse en forma de ansiedad, temblor de las manos, escalofríos o náuseas, entre otros. El abuso o el consumo perjudicial suponen que todavía no

existe una dependencia, pero el impacto físico, mental o social es grande. La dependencia y el abuso pueden darse al mismo tiempo.

### Dopaje

Dopaje significa abuso de, por ejemplo, productos hormonales con el objetivo de incrementar la fuerza y el volumen musculares. Se encuentran entre las sustancias dopantes los esteroides anabólicos androgénicos, la testosterona, la hormona del crecimiento y otras sustancias químicas con efectos similares, como las sustancias de tipo anfetamínico que aumentan el rendimiento, por ejemplo, la efedrina.

### Dependencia de fármacos

Una dependencia de fármacos hace que sientas la necesidad de tomar el propio fármaco y que tengas síntomas de abstinencia si no lo tomas. Ya no se necesita el fármaco para los síntomas para los que se recetó, sino que se toma porque proporciona estimulación, bienestar o satisfacción.

## Tratamiento

La organización del tratamiento de la abstinencia (desintoxicación) puede variar en las diferentes diputaciones provinciales (landsting). Puede realizarse en un centro especializado en dependencias, en la psiquiatría general o en la atención primaria. Si te derivan a un centro especializado (p. ej. centro de asistencia a las dependencias), el centro se pondrá en contacto contigo en el plazo de 90 días (garantía de asistencia).

Tienes derecho a elegir a dónde te derivará el médico (elección de asistencia), pero en este caso no existen plazos de garantía de asistencia. También puedes acudir directamente al centro especializado sin pasar primero por la atención primaria. Esto se denomina “derivación propia” (egenremiss).

En caso de patologías graves o con riesgo para la vida, en calidad de paciente puedes tener derecho a una nueva evaluación médica.

El servicio de asistencia a las dependencias de la diputación provincial ofrece tratamiento hospitalario si necesitas una intervención médica para interrumpir un abuso o dependencia de gran alcance.

## Asistencia sanitaria

Muchas diputaciones provinciales tienen enlaces a autoevaluaciones y asesoramiento en sus páginas web. En **www.1177.se** encontrarás los datos de contacto e información de tu diputación provincial. También puedes llamar al 1177 y preguntar a dónde debes dirigirte.



Tu centro médico puede ayudarte a averiguar la gravedad de tus problemas con el alcohol y, en cierta medida, con otras drogas. También puede ayudarte con asistencia ambulatoria, sobre todo en caso de abuso de alcohol.

Al ponerte en contacto con el centro médico, tienes derecho a poder hablar con alguien el mismo día y con un médico en el plazo de una semana.

El médico del centro puede derivarte al servicio de asistencia a la abstinencia o las dependencias. En caso de abstinencia aguda tienes derecho a recibir asistencia inmediata.

## Municipios

Los municipios ofrecen ayuda a personas con problemas de abuso. Las intervenciones pueden ser diferentes en los distintos municipios. En las páginas web de los municipios suele haber un apartado llamado “Stöd, omsorg, hjälp” (Apoyo, cuidados, ayuda), o algo similar. Generalmente, ahí podrás encontrar los datos de contacto del servicio de asistencia a las adicciones del municipio. En la centralita del municipio también podrán ayudarte.

Algunos municipios ofrecen asistencia ambulatoria en forma de conversaciones con personal sanitario. Puedes recurrir a esta ayuda antes de que se haya realizado el estudio de tu caso y sin una decisión según la Ley de servicios sociales.

La Ley de servicios sociales (SoL en sus siglas en sueco) se aplica cuando solicitas ayuda al municipio. Según la SoL, la persona tiene derecho a recibir ayuda para la subsistencia y para “otras necesidades de la vida” cuando no puede arreglárselas sola o no puede recibir ayuda de otras personas. Puede tratarse de intervenciones de tratamiento y de ayuda, entre otras.





Según la Ley de servicios sociales, el derecho a recibir ayuda se basa en tus necesidades y tu situación. La ayuda no puede condicionarse a una contraprestación, por ejemplo, muestras de orina. Esto es válido tanto para las intervenciones de subsistencia como para las de tratamiento.

### *Organizaciones de voluntariado*

A muchas personas puede resultarles útil la ayuda que se proporciona a través de autoayuda en Internet o grupos de autoayuda y apoyo de igual a igual de organizaciones de voluntariado. Otros necesitan ayuda profesional. Al final del libro encontrarás consejos al respecto.

Las organizaciones de voluntariado locales suelen conocer bien cómo funcionan los servicios locales de asistencia a los abusos y las dependencias, y pueden ayudarte a establecer contacto con estos. Muchos de los miembros tienen experiencia propia y pueden asesorarte y ayudarte.

Algunas organizaciones tienen además grupos de autoayuda y apoyo de igual a igual. Al final del

libro encontrarás los datos de contacto de algunas organizaciones de este tipo.

*Información sobre tratamientos alternativos*

Siempre tienes derecho a recibir información sobre diferentes tipos de tratamiento para tu problema, por ejemplo, distintas formas de terapia. Si existen diversas alternativas y el coste es razonable, la diputación provincial o el municipio te permitirán elegir si el tratamiento es adecuado a tus necesidades.

## *La Seguridad Social (Försäkringskassan)*

Si estás de baja, la Seguridad Social se encarga de coordinar las medidas médicas, sociales o profesionales necesarias para que puedas reincorporarte al trabajo.

*Puedes* recibir una prestación por enfermedad si te sometes a un tratamiento médico o rehabilitación aprobados por el médico.

## Los servicios sociales te apoyan

Acudir a los servicios sociales para recibir ayuda se denomina hacer una solicitud. Puede hacerse mediante una simple conversación. Cuando un trabajador social acepta una solicitud, está obligado a iniciar un estudio del caso. Debe tomarse una decisión en un plazo razonable.

El estudio puede incluir conversaciones y entrevistas en una o varias ocasiones, de modo que los servicios sociales tengan una buena visión general de tu situación y tus necesidades antes de tomar una decisión.

Si no estás satisfecho con la decisión, puedes apelar ante el Tribunal de lo contencioso-administrativo (förvaltningsrätten) en el plazo de tres semanas desde la recepción de la decisión.

Debes realizar la apelación por escrito y entregarla en tu centro de servicios sociales, donde se encargarán de presentarla ante el Tribunal.

Si necesitas ayuda para escribir la apelación, los servicios sociales están obligados a ayudarte.

A veces los servicios sociales pueden modificar su decisión directamente, sin que se presente una apelación ante el Tribunal.

En la página web del Comité Nacional de Salud y Bienestar (Socialstyrelsen) encontrarás información sobre tus derechos en los contactos con los servicios sociales:

- [www.socialstyrelsen.se/ekonomiskt-bistand/forsorjningsstod](http://www.socialstyrelsen.se/ekonomiskt-bistand/forsorjningsstod)
- [www.socialstyrelsen.se/klagapasocialtjansten](http://www.socialstyrelsen.se/klagapasocialtjansten)



Defiende tus  
derechos.

### *Plan de asistencia y plan individual*

Es importante que participes en la planificación de tu asistencia. La planificación se denomina plan de asistencia y tendrá lugar con tu participación. Si autorizas el contacto entre las autoridades, el municipio y la diputación provincial tienen la obligación de colaborar con los proveedores de servicios sanitarios con los que tengas contacto.

### *Plan individual coordinado (SIP)*

Si necesitas intervenciones de los servicios sociales y de asistencia sanitaria, elaborarán juntos un plan individual. Esto está recogido en la Ley de servicios sociales y en la Ley de asistencia sanitaria. Deberás haber autorizado la colaboración de ambos.

## *Derecho a tu información*

Tienes derecho a estar informado de la documentación relativa a ti, independientemente del proveedor de servicios sanitarios con el que tengas contacto. Puedes ejercer este derecho leyendo la documentación en el centro o llevándote una copia a casa.

Las organizaciones de voluntariado no están sometidas a la legislación de confidencialidad. Sin embargo, siguen con frecuencia diferentes directrices internas u otras prácticas.

## *Confidencialidad*

Todos los que trabajan en los servicios de asistencia a los abusos y las dependencias tienen la obligación de confidencialidad, es decir, solo el personal responsable de ti tiene derecho a leer tu documentación y no puede facilitar información sobre ti.

El personal debe pedirte permiso antes si cree que es necesario hablar con otra organización. Existen determinadas excepciones, como una patología con riesgo para la vida, la sospecha de delito grave o en caso de maltrato infantil.

Obligación de notificación relativa a niños  
Todas las personas que trabajan en los servicios de asistencia a los abusos y las dependencias tienen la obligación de estar atentos a la situación de los niños. La confidencialidad se rompe en caso de sospecha de maltrato infantil y el personal está obligado a notificárselo a quienes evalúan la situación del niño en los servicios sociales.





## Tratamiento involuntario

La Ley sobre la asistencia de drogodependientes en determinados casos (LVM) regula los requisitos del tratamiento involuntario debido a un abuso o dependencia. La ley se utiliza únicamente cuando existe el riesgo de que la persona no sobreviva y/o represente un peligro serio para sí misma o su entorno. Primero se intentará que sea voluntario. El tratamiento involuntario tiene el objetivo de motivar a recibir tratamiento voluntario y puede durar un máximo de seis meses.

## Decisión sobre la LVM

La asistencia según la LVM es decidida por el Tribunal de lo contencioso-administrativo tras la solicitud de los servicios sociales. Deberá adjuntarse un certificado médico del que se desprenda que es de aplicación la citada ley. Otras autoridades, por ejemplo, los servicios de asistencia sanitaria, tienen la obligación de notificárselo a los servicios sociales si alguna persona necesita asistencia en virtud de la LVM.



## Intérprete

En los contactos con los servicios de asistencia sanitaria y las autoridades siempre tienes derecho a información y a explicaciones en un idioma que entiendas. Si tu sueco no es muy bueno o tienes mal oído, tienes derecho a un intérprete.

¿Quieres leer sobre los derechos y opciones en otros idiomas? En la página web del Comité Nacional de Salud y Bienestar (Socialstyrelsen) encontrarás documentos en somalí, ruso, inglés y árabe:

<http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2008>

## Persona de apoyo

Siempre puedes llevar contigo a una persona de tu confianza durante los contactos con los centros de asistencia y las autoridades. Nadie puede negarte este derecho.

## Homosexuales, bisexuales y/o transexuales (HBT)

Si perteneces al colectivo HBT, tal vez estés preocupado por cómo te va a recibir el personal asistencial. La RFSL (Federación sueca para los derechos de las personas homosexuales, bisexuales y transexuales) puede asesorarte y ayudarte de cara al contacto con el centro de asistencia. Al final del libro encontrarás los datos de contacto.

¿Estás amenazado?

Si estás expuesto a amenazas, puedes dirigirte a la Administración Tributaria (Skatteverket) para que te concedan una “marca de confidencialidad”. Esto significa que nadie puede facilitar tu dirección sin autorización y un control de seguridad. Sin embargo, esto no significa que tu identidad esté protegida, dirígete a la policía si estás expuesto a amenazas muy graves y necesitas este tipo de protección.

Para que te concedan una marca de confidencialidad es conveniente que tengas algún tipo de certificado que confirme la situación de amenaza. Puedes conseguirlo en la policía o en los servicios sociales, por ejemplo.



# Tratamiento y rehabilitación

Tratamiento ambulatorio o tratamiento hospitalario  
No existen respuestas fáciles a qué tipo de tratamiento es adecuado para ti. Para la mayoría lo que mejor funciona es recibir tratamiento ambulatorio, ya que así sigues en casa y en tu entorno habitual. Otra forma de asistencia es el tratamiento hospitalario. Esto significa que permaneces todo el día en un centro terapéutico residencial, por ejemplo.

Tratamiento de mantenimiento en caso de dependencia de opiáceos

Los fármacos para un tratamiento de mantenimiento solo pueden ser recetados por médicos especialistas en psiquiatría y que trabajen en un centro sanitario que gestione servicios de asistencia sanitaria. Debes tener como mínimo 20 años y una dependencia de opiáceos documentada desde hace un año, como mínimo.

El tratamiento de mantenimiento debe combinarse con otras intervenciones como conversaciones, ocupación y vivienda. Esto tiene lugar en colaboración con los servicios sociales del municipio.

## Intervenciones en caso de comorbilidad

La comorbilidad significa que tienes un problema adicional que requiere ayuda profesional aparte de la dependencia. Para conseguir los mejores resultados debes recibir ayuda para los dos problemas al mismo tiempo.

Esto significa a menudo que tienes contacto tanto con el municipio como con la diputación provincial (landsting). Según la ley, deben cooperar y, en colaboración contigo, redactar un “plan individual coordinado” (SIP). En este plan puede verse claramente la planificación de tu asistencia y quién es responsable de cada parte.

## Intervenciones en caso de TDAH y abuso

TDAH son las siglas de “trastorno por déficit de atención con hiperactividad”. Una persona con TDAH puede tener problemas de inquietud y sensibilidad al estrés, entre otros.

El diagnóstico se obtiene después de una evaluación psiquiátrica. Para las personas que sufren TDAH y tienen un problema de abuso, el tratamiento puede ser una combinación de fármacos y otras intervenciones.

Intervenciones en caso de dependencia de fármacos

Las intervenciones en caso de dependencia de fármacos se ofrecen tanto en la atención primaria como en unidades especializadas en abuso/dependencia. Un médico reduce lentamente la cantidad del fármaco del que eres dependiente.

Centro TUB en la provincia de Estocolmo

El centro TUB te ofrece ayuda si tienes una dependencia de fármacos. Está dirigido principalmente a pacientes de la diputación provincial de Estocolmo, pero después de una derivación de tu médico se acepta a pacientes de todo el país.

Intervenciones en caso de dopaje

Tu centro médico o centro de dependencias más cercano puede ayudarte a superar un abuso de dopaje.



¿Estás embarazada?

Si estás embarazada, debes dejar rápidamente de tomar sustancias nocivas para tu bebé. Sé sincera con el servicio de asistencia a la maternidad para que puedan colaborar con otros proveedores de servicios sanitarios por tu bien y el de tu bebé.

Si estás siguiendo un tratamiento de sustitución, debes decirle al médico que estás embarazada.





Personas cercanas a una persona con problemas de abuso o dependencia

Ser una persona cercana a alguien que abusa del alcohol o de otras drogas influye en la vida de muchas formas. Por eso es importante que reciban apoyo en su propio interés los adultos y los niños que están cercanos a alguien con un problema de abuso o dependencia.

Varios municipios y organizaciones de voluntariado ofrecen grupos de apoyo para familiares adultos y niños. Ponte en contacto con los servicios sociales del municipio para saber dónde encontrar ayuda cerca de tu domicilio.

Los derechos de los niños como familiares  
Según la Ley de asistencia sanitaria, tu hijo tiene derecho a recibir información, asesoramiento y ayuda si tú o el otro progenitor tenéis una enfermedad grave, fallecéis o abusáis del alcohol o de otras drogas. La información que se dé a tu hijo se adaptará en función de su edad y madurez.

# Ayuda a la autoayuda

## **www.alkoholprofilen.se**

Aquí puedes hacer una autoevaluación y saber más sobre tu consumo de alcohol.

## **www.escreen.se**

Comprueba tus hábitos de consumo de alcohol y drogas. La página permite hacer un seguimiento de los hábitos a lo largo del tiempo y da propuestas de medidas.

## **www.alkoholhjalpen.se**

Posibilidad de realizar una autoevaluación y autotratamiento. La página también está dirigida a personas preocupadas por otra persona.

## **Alkohollinjen (Línea de atención sobre el alcohol)**

Asesores de diferentes profesiones responden en el tel. 020-84 44 48. También pueden llamar familiares para recibir asesoramiento y ayuda. Las conversaciones se adaptan en función de la gravedad del problema.

## **Asesoramiento sobre el alcohol de IOGT-NTO**

Línea de ayuda dirigida a ti que tienes problemas o a ti que eres una persona cercana. El asesoramiento está disponible todos los días laborables de 08.00 a 16.00. Tel. 020-80 80 80. También puedes enviar un e-mail a [alkoholradgivning@iogt.se](mailto:alkoholradgivning@iogt.se)

## **www.cannabishjalpen.se**

La página funciona de forma equivalente a la página [alkoholhjalpen.se](http://alkoholhjalpen.se).

## **[www.hasselahelpline.se](http://www.hasselahelpline.se)**

Autoevaluaciones en caso de fumar cannabis que dan una idea de cómo te ha influido su consumo. La página informa sobre formas de entrar en contacto con la línea de ayuda de Hassela.

## **RFHL y dependencia de fármacos**

Algunos de los departamentos locales de RFHL (Federación sueca para los Derechos, la Liberación, la Salud y la Igualdad de trato) ofrecen asesoramiento y ayuda en caso de dependencia de fármacos. Sus números de teléfono son:

- *Gotemburgo* 031-82 51 91 o 031-82 15 64
- *Jönköping* 036-19 07 76
- *Luleå* 0732-70 84 67, 0727-09 40 30
- *Estocolmo* 08-545 560 60
- *Uppsala* 018-12 44 22

## **Línea de atención sobre el dopaje**

Asesoramiento telefónico en todo el país que te permite permanecer en el anonimato. Llama a la línea en el tel. 020-54 69 87 de lunes a viernes de 10 a 12 y de 13 a 16. También puedes hacer preguntas de forma anónima en [www.dopningsjouren.se](http://www.dopningsjouren.se)

# Organizaciones de voluntariado

## **AA: Alcohólicos Anónimos**

Habla con un alcohólico sobrio. Te atienden todos los días de 11 a 13 y de 18 a 20. Tel. 08-720 38 42, [www.aa.se](http://www.aa.se)

## **AHA: Familiares ayudan a familiares**

Organización sin ánimo de lucro, aconfesional y políticamente independiente, que se dirige a todas las personas cercanas a un familiar que abusa del alcohol, las drogas, los narcóticos o es ludópata. Tel. 013-12 36 47, [www.aha-forening.org](http://www.aha-forening.org)

## **Attention**

La federación sueca Attention es una asociación representativa para personas con discapacidades neuropsiquiátricas como el TDAH, el síndrome de Asperger, el síndrome de Tourette, trastornos del habla y el TOC. Tel.: 08-120 488 00, <http://www.attention-riks.se/>

## **Dianova**

Red internacional de organizaciones sin ánimo de lucro que proporcionan programas sociales, prevención y tratamiento de abusos, educación y trabajo con jóvenes. Tel. 08-462 92 12, [www.dianovasverige.org](http://www.dianovasverige.org)

## **FMN: Asociación de padres antinarcóticos**

Organización sin ánimo de lucro, aconfesional y políticamente independiente, que trabaja en red y cuya actividad principal se dirige especialmente a familiares: padres, hermanos y amigos. Tel. 08-642 06 50, [www.fmn.se](http://www.fmn.se)

## **IOGT-NTO**

Presente en toda Suecia con actividades locales, entre las que se incluyen apoyo de igual a igual, empresas sociales y diversas actividades de la asociación dirigidas a ti que tienes o has tenido un problema de abuso/dependencia o simplemente te interesa la actividad social.

Tel. 020-80 80 80, <http://iogt.se/nara-dig/kamratstod/>

## **Kamratföreningen Länken (Asociación de compañeros Länken)**

Asociación que ayuda a personas con problemas con el alcohol. Puedes encontrar tu asociación más cercana en el tel. 0322-453 32, [www.lankenskamratforbund.se](http://www.lankenskamratforbund.se)

## **KRIS: Reinserción de delincuentes en la sociedad**

Asociación sin ánimo de lucro en la que antiguos delincuentes y drogodependientes se ayudan mutuamente a reinsertarse en la sociedad. Tel. 08-642 00 06, [www.kris.a.se](http://www.kris.a.se)

## **KSAN: comité de cooperación de las organizaciones de mujeres sobre asuntos relacionados con el alcohol y los narcóticos**

Organismo de cooperación de las organizaciones de mujeres suecas para asuntos relacionados con el alcohol, los narcóticos y fármacos que causan dependencia. KSAN trabaja principalmente con actividades preventivas, el grupo objetivo son chicas y mujeres de todas las edades.

Tel. 08-10 10 41, [www.ksan.se](http://www.ksan.se)

## **LP-verksamheten (Actividad LP)**

La idea de esta asociación es prevenir y remediar el abuso de drogas y alcohol tomando la fe cristiana como base y mediante trabajo de campo, actividades con jóvenes, centros de contacto locales y centros terapéuticos residenciales que ofrecen un tratamiento espiritual, médico y social. Tel.: 08-619 25 10, [www.lp-verksamheten.nu/](http://www.lp-verksamheten.nu/)

### **NA: Narcómanos Anónimos**

Asociación de hombres y mujeres para los cuales las drogas se han convertido en un problema grave. Se encuentran regularmente para ayudarse mutuamente a permanecer libres de drogas y a encontrar una nueva forma de vivir sin drogas. Tel. 0771-13 80 00, [www.nasverige.org](http://www.nasverige.org)

### **Rainbow Sweden**

Agrupación de organizaciones clientes independientes que trabajan para reducir el abuso, la delincuencia y la exclusión social. Tel. 08-668 41 20, [www.rainbowsweden.com](http://www.rainbowsweden.com)

### **RFHL: Federación sueca para los Derechos, la Liberación, la Salud y la Igualdad de trato**

Ponte en contacto con ellos si crees que tienes una dependencia y no sabes a dónde dirigirte. También te atenderán si tienes problemas en el contacto con los servicios de asistencia a las dependencias o los servicios sociales. Tel. 08-545 560 60, [www.rfhl.se](http://www.rfhl.se)

### **RFSL: Federación sueca para los derechos de las personas homosexuales, bisexuales y transexuales**

Tel. 08-501 629 00, [www.rfsl.se](http://www.rfsl.se)

### **RSMH: Federación sueca para la Salud Social y Mental**

Trabaja para que las personas con problemas mentales tengan unas buenas condiciones para recuperar una vida de calidad. Tel. 08-120 080 40, [www.rsmh.se](http://www.rsmh.se)

### **Svenska Brukarföreningen (Asociación sueca de consumidores de drogas)**

Organización sin ánimo de lucro que apoya a los consumidores de sustancias narcóticas legales e ilegales que siguen o quieren seguir un tratamiento de mantenimiento para su dependencia de opiáceos u otras drogas. Tel. 08-208 070, [www.svenskabrukarforeningen.se](http://www.svenskabrukarforeningen.se)

**Svenskabrukarföreningen Anhöriga Riks**  
**(Asociación sueca de familiares de consumidores de drogas)**  
Asociación para los familiares de drogodependientes.  
Quieren que todas las personas con dependencia de opiáceos/opioides reciban metadona o subutex si quieren.  
Presidenta Annika Rosengren 0765-75 44 27,  
[www.svenskabrukarforeningen.se/anhoriga](http://www.svenskabrukarforeningen.se/anhoriga)

### **La Iglesia Sueca**

Un pastor de guardia ofrece ayuda urgente mediante una conversación anónima en el número 112. Si eres una persona cercana a alguien con un problema de abuso o dependencia, la Iglesia Sueca ofrece actividades de grupo y conversaciones individuales en muchos lugares del país.  
[www.svenskakyrkan.se](http://www.svenskakyrkan.se)

### **Verdandi**

Trabajan para la justicia social contra el abuso del alcohol y las drogas. Utilizan apoyo de igual a igual, lugares de encuentro locales en zonas residenciales y creación de opinión a nivel de política social. Todo el mundo tiene experiencia, conocimientos y recursos que se pueden liberar y aprovechar. Todas las personas son necesarias.  
Tel. 08-642 28 80, [www.verdandi.se](http://www.verdandi.se)



# Algunos conceptos

*Existen muchos instrumentos de estudio e intervenciones de tratamiento que los profesionales utilizan para hacerse una buena idea de tus problemas. A continuación explicamos algunos que puede ser útil conocer.*

## **ASI (Addiction Severity Index)**

Método de evaluación y seguimiento que se basa en una entrevista personal como base para planificar el tratamiento. La entrevista contiene preguntas acerca de siete ámbitos de la vida. En el método se incluye también una entrevista de seguimiento de los resultados.

## **ADAD (Adolescent Drug Abuse Diagnosis)**

Una variante del ASI que está diseñada especialmente para jóvenes y adultos jóvenes.

## **DOK**

Sistema de seguimiento que se basa en una serie de entrevistas. El DOK se utiliza para hacer un seguimiento de qué le ha parecido a la persona la asistencia y cómo ha funcionado esta.

## **AUDIT y DUDIT (Alcohol/Drug Use Disorders Identification Test)**

Dos formularios breves similares que se utilizan para identificar el uso de alcohol o narcóticos, respectivamente.



### **MI (Motivational Interviewing)**

Técnica de conversación que se utiliza para desarrollar y fortalecer la motivación para cambiar.

### **HAP (programa de deshabituación del hachís)**

Técnica de tratamiento adaptada especialmente a los consumidores de cannabis.

### **ÁP (prevención de recaída)**

Método de tratamiento para prevenir recaídas después de un cambio de comportamiento. El método tiene su punto de partida en la TCC (véase la explicación más abajo).

### **Terapia psicodinámica**

Se centra en averiguar las causas subyacentes de un comportamiento. Un terapeuta ayuda a detectar y romper patrones inconscientes.

### **TCC (terapia cognitivo-conductual)**

La terapia con orientación TCC se basa en cambiar los patrones de actuación. Trabajarás intensivamente para cambiar los patrones de pensamiento y conducta.

### **Tratamiento de 12 pasos o modelo Minnesota**

Los tratamientos se basan en la actividad de Alcohólicos Anónimos y en los doce pasos del movimiento. El objetivo es seguir participando en las reuniones de AA o NA incluso después de haber realizado el tratamiento.

## Personas de referencia

Bodil Augustsson, coordinador de calidad, Clínica de Dependencias, Hospital Östra de Gotemburgo.

Christina Anderson, investigadora asociada, Medicina social, Universidad de Gotemburgo.

Håkan Blom, Länkens Kamratförbund.

Bengt Eriksson, estratega de I+D, I+D de la federación de municipios de Skaraborg.

Claudia Fahlke, profesora, departamento de Psicología, Universidad de Gotemburgo.

Georg Fischer, director de desarrollo, federación de municipios de Fyrbodalen.

Torbjörn Forkby, investigador, FoU Väst (I+D Oeste).

Kathy Gyhlestén, desarrolladora de actividades, IOGT-NTO.

Leena Haraké, jefa de secretaría, KSAN.

Louise Hammar, KSAN.

Mikael Malm, departamento de asistencia y cuidados, SKL.

Ann Gerd Melin, directora de operaciones, Clínica de Dependencias, Hospital Universitario Sahlgrenska.

Fredrik Spak, investigador, Medicina social, Universidad de Gotemburgo.

Karina Stein, directora de centro de asistencia, dpto. 369, Hospital Universitario Sahlgrenska.

Cecilia Strandlund, directora de procesos, Kunskap till praktik (Conocimientos en la práctica), provincia de Jönköping.

Camilla Svenonius, portavoz, RFHL.

Peter Hagberg, director de procesos, Kunskap till praktik, provincia de Escania.

Cecilia Löfgren, directora de procesos, Kunskap till praktik, provincia de Estocolmo.

Ylva Lindblom, abogada de asociación, Sveriges Kommuner och Landsting (Asociación sueca de municipios y diputaciones provinciales).



### Información sobre el contenido

Texto: Katarina Thunander, directora de procesos de Västra Götaland, por encargo de Gunborg Brännström, jefe de proyecto de Kunskap till praktik, SKL.

Diseño gráfico: Sandra Hvarfner, Kunskap till praktik.

Impresión: LTAB Linköpings Tryckeri AB, junio 2013.

Segunda edición.

Puedes pedir el libro en [kunskaptillpraktik@skl.se](mailto:kunskaptillpraktik@skl.se). Indica la dirección de entrega y cuántos ejemplares quieres. Es gratis.

No estás solo

En el transcurso de la vida, muchas personas caen en consumos de riesgo, abusos o dependencias. Buscar asistencia es con frecuencia un gran paso. Por eso es conveniente tener una idea de cómo funcionan los servicios de asistencia. Este documento no es exhaustivo, pero puede serte útil en tu camino.

