

# *Una dosis de Fe*

*Un conjunto de herramientas  
prácticas para que la  
comunidad de fe aborde  
el abuso de sustancias en el  
Condado de Bartholomew*

**“Cada persona adicta trae consigo una historia personal distinta, que debe ser escuchada, entendida y amada; y en lo posible, curada y purificada. No Podemos caer en la injusticia de clasificarlos como si fueran objetos o chatarra malograda, en vez de eso, cada persona debe ser valorada y apreciada en su dignidad para que puedan ser curadas”**

*-Papa Francisco, discurso en la Conferencia del Vaticano sobre Narcóticos  
Noviembre 2016*

# Tabla de Contenido

<b>Abre tus puertas:</b> Romper el Aislamiento de la Adicción	3
<b>Aumentar la Conciencia:</b> Proveer Oportunidades de Aprendizaje que generen Entendimiento y Alienten la Compasión	4
<b>Crear Capacidad Comunitaria:</b> Ofrecer Programas que Generen Capacidad de Respuesta en el Condado de Bartholomew	5
<b>Reconstruir y Restaurar:</b> Dar apoyo a Individuos y Familias para Reconstruir sus Vidas	6
<b>Anticiparse al Problema:</b> Enfocar Esfuerzos en la Juventud y la Prevención	7
<b>Conectar y Colaborar:</b> Unirse a Coaliciones Locales de Prevención del Uso de Sustancias para Informar, Conectar y Fortalecer sus Esfuerzos	8

Las organizaciones comunitarias basadas en la Fe son **colaboradores** integrales en atender la epidemia de opioides. Este conjunto de herramientas de la Alianza para el Progreso por el Abuso de Sustancias en el Condado de Bartholomew, ASAP-BC, **proporciona maneras** en las que la comunidad puede apoyar los esfuerzos en la prevención, dar apoyo a quienes están **participando y buscando** recuperarse para salvar sus vidas y prevenir a las futuras generaciones del daño. Esperamos que este conjunto de herramientas sea útil para iniciar o avanzar sus esfuerzos para construir una cultura de compasión hacia aquellos lidiando con la adicción y sus consecuencias.

Gracias por **colaborar con nosotros!**



Alliance for Substance Abuse Progress  
in Bartholomew County

# Abre Tus Puertas

## Romper el Aislamiento de la Adicción

*“La Adicción a los opiáceos no solo promueve el aislamiento sino que lo hace preferible.*

*El aislamiento por Heroína necesita de una respuesta de la comunidad.”*

*-Sam Quinones, Autor de Dreamland: The True Tale of America’s Opiate Epidemic*

Encontrar una comunidad comprensiva es esencial para una recuperación en progreso. El proceso de recuperación es apoyado a través de relaciones y redes sociales. Un número de **organizaciones de fé** en el Condado de Bartholomew ofrecen programas de apoyo como Celebrando la Recuperación, AA, NA y otros grupos. Programas como estos disminuyen el aislamiento que sufren aquellas personas con adicciones, **conectan** individuos en recuperación y **dan** apoyo a quienes reciben tratamiento asistido por medicamentos como parte de su recuperación.

- ◆ **Publica el horario de reuniones del grupo de auto-ayuda.**

Déjale saber a la gente que tu iglesia es comprensiva y está comprometida con la recuperación. Puede encontrar una copia de un horario en [crh.org/mhsa](http://crh.org/mhsa).

- ◆ **Sé un recurso y conecta personas a la ayuda que necesitan.**

Crea un centro de recursos de fácil acceso o un “muro” en tu página de Facebook que incluya el horario de reuniones del grupo de auto-ayuda, un enlace al localizador de tratamientos de SAMHSA <https://findtreatment.samhsa.gov/> y la línea de ayuda nacional de SAMHSA: 800-662 HELP (4357).

- ◆ **Al ofrecer las oraciones públicas o congregacionales, particularmente oraciones por los enfermos, por favor oren por quienes sufren de adicción/trastornos por el uso de opioides.**

- ◆ **Apoya eventos de la comunidad que aborden la adicción a través de la prevención y la concientización.**



Alliance for Substance Abuse Progress  
in Bartholomew County

# Aumentar la Conciencia

**Proporcionar oportunidades de aprendizaje que generen entendimiento y alienten la compasión**

*“La adicción es una enfermedad crónica caracterizada por la búsqueda de droga y su uso compulsivo, o difícil de controlar, a pesar de sus consecuencias dañinas.*

*La decisión inicial de tomar drogas es voluntaria para la mayoría de las personas, pero el uso repetido de drogas puede **producir** cambios en el cerebro que **limitan** el auto-control de la persona e interfieren con su habilidad para resistir las ganas intensas de consumir.”*

*-Instituto Nacional de Abuso de Drogas*

Entender las adicciones crea una cultura de aceptación y apoyo. Al reconocer que la adicción es una enfermedad crónica, y no un fracaso personal, la vergüenza y el estigma de la adicción pueden ser reemplazados por compasión y esperanza.

## ¿Cómo podemos educar a la comunidad del Condado de Bartholomew?

**Colaborando con ASAP-BC para ofrecer eventos educativos sobre:**

- ◆ **Tratamiento Asistido por Medicamentos:** Alentar la conversación y entrenamiento sobre el tratamiento para la adicción a los opioides asistido por medicamentos, basado en **evidencia**.
- ◆ **La Adicción como una Enfermedad y una Condición Crónica de Larga Duración:** Ayudar a los miembros de la comunidad a entender la necesidad de apoyo de larga duración para las personas en recuperación.
- ◆ **Manejo del Dolor:** Sea un consumidor informado. Visite [ASAPBC.org](http://ASAPBC.org) para encontrar **nuestros instructivos** para **usarlos** con su médico.
- ◆ **Enfoque informado de Experiencias Adversas/Traumáticas en la Infancia:** Eventos traumáticos o estresantes en la edad temprana incrementan el riesgo del abuso de sustancias, puede dificultar los esfuerzos de recuperación y enfatizar la importancia de la prevención. Por ejemplo: apoyar a los jóvenes y fortalecer a las familias.
- ◆ **Deshecho Seguro de Drogas:** Un 50.5% de aquellos que abusaron de analgésicos recetados los obtuvieron a través de amigos o familiares. El promover lugares seguros para el deshecho de **medicamentos** puede crear conciencia y reducir que el suministro de opioides llegue a las manos incorrectas. Localmente, las **medicinas** pueden ser desechadas en Walgreens de Beam Road en Columbus, Indiana y en el Departamento de Emergencias del Hospital Regional de Columbus .

## Crear Capacidad Comunitaria

# Ofrecer programas que generen Capacidad de Respuesta en el Condado de Bartholomew

*“Aproximadamente 7.9 millones de adultos tuvieron trastornos co-ocurrentes en el 2014. Durante el año pasado, para aquellos adultos encuestados que experimentaron trastornos por consumo de sustancias y enfermedades mentales, la tasa fue mayor entre adultos de 26 a 49 años (42.7%). Para los adultos con enfermedades mentales serias y trastornos por consumo co-ocurrente de sustancias, durante el año anterior las cifras fueron las más altas entre aquellos de 18 a 25 años (35.3%) en el 2014.*

*Encuesta Nacional en Consumo de Drogas y Salud (NSDUH) 2014 (PDF/3.4 MB) SAMHSA*

Ser capaces de referir a las personas el tratamiento correcto, en el momento correcto y ayudarles a navegar por los sistemas de cuidados **salvará** vidas. Su comunidad **de fé** puede **colaborar** con las oficinas de salud públicas, instituciones que brinden tratamiento, hospitales, centros de salud comunitarios, o proveedores de servicio sin fines de lucro, para ofrecer entrenamientos para crear capacidad de respuesta.

## ¿Cómo Podemos crear Capacidad de Respuesta en el Condado de Bartholomew?

### **Colaborar** con ASAP-BC para ofrecer:

- ◆ **QPR:** Un entrenamiento de dos horas para dar **instructivos** sobre cómo Preguntar, Persuadir y Referir cuando alguien tenga pensamientos suicidas.
- ◆ **Recuperación entre compañeros:** Los compañeros dan esperanza a las personas en recuperación y promueven una sensación de **pertenecer** a la comunidad.
- ◆ **Enfoque informado sobre Traumas e Intervenciones sobre Traumas Específicos:** Atención crítica sobre el vínculo entre recuperación y resiliencia para aquellos individuos y familias impactados por el trauma.
- ◆ **Respuesta a las Emergencias:** Reconocer los síntomas de una sobredosis y administrar naloxeno— **un medicamento** que **contraresta** la sobredosis de opioides que está salvando miles de **personas** de la muerte.
- ◆ **Cómo navegar el Sistema de Cuidados para el Trastorno de Uso de Sustancias:** Desarrollar el entendimiento en la comunidad de los tratamientos disponibles localmente.
- ◆ **Primeros Auxilios en Salud Mental:** De forma similar a los primeros auxilios, el curso enseña a una persona como ayudar a alguien a superar un problema de salud mental o una crisis. Por favor comuníquese con Healthy Communities para programar una clase para su comunidad en [healthycommunities.org](http://healthycommunities.org) o al 812-376-5092.

ASAP  
Substance Abuse Progress  
in Bartholomew County

# Reconstruir y Restaurar

## Dar apoyo a individuos y familias para reconstruir sus vidas

*“La adicción a las drogas dificulta funcionar en la vida diaria. Afecta cómo actúas con tu familia, en el trabajo y en la comunidad. Es muy difícil cambiar tantas cosas al mismo tiempo y no recaer en viejos hábitos. La recuperación de la adicción es un esfuerzo de toda la vida.”*

*-Instituto Nacional de Abuso de Drogas (Junio 28, 2017). “¿Qué es Recaer?”*

Las vidas de los individuos y sus familias en el Condado de Bartholomew han sido cambiadas y en algunos casos, destruidas por la adicción. Las comunidades basadas en la Fe deben estar listas para dar apoyo en las cuatro dimensiones mayores de una vida en recuperación

1. **Salud:** Superar y manejar la enfermedad o los síntomas personales.
2. **Hogar:** Tener un lugar estable y seguro para vivir
3. **Propósito:** Ser capaz de participar en actividades diarias significativas (trabajo, familia, brindar cuidados y recursos para participar en la sociedad).
4. **Comunidad:** Tener relaciones cordiales y redes sociales que proporcionen apoyo, amistad, amor y esperanza.

## ¿Cómo Podemos restaurar los elementos esenciales de la vida en el Condado de Bartholomew?

- ♦ Proporcionando ayuda con oportunidades de trabajo, vivienda, transporte, alimentación, vestido, o cuidado de menores y apoyo para la persona en recuperación y su familia mientras superan y reparan los daños de la adicción.
- ♦ Identificando un líder en la comunidad para conectar personas con ASAP para encontrar recursos adicionales en el Condado de Bartholomew.
- ♦ Ofreciendo programas de disposición para la vida y entrenamiento para las personas que se reintegran a la comunidad después de encarcelamiento o tratamiento en casa.
- ♦ Entrenar a las familias en gestiones financieras (Financial Peace University y otros programas de educación financiera, etc.)

ASAP  
Alliance for Substance Abuse Progress  
in Bartholomew County

# Anticiparse al Problema

# Enfocar Esfuerzos en la Juventud y la Prevención

*Cerca del 45% de estudiantes del último año consume marihuana diariamente, y el 28% de los jóvenes han probado cigarrillos al llegar al 12o grado. Además, el alcohol continúa siendo la droga más usada por los adolescentes al día de hoy. Pero, ¿sabía que **los medicamentos** con prescripción médica son de la más usadas por los jóvenes, después del tabaco, el alcohol y la marihuana?*

*-Instituto Nacional del Abuso de Drogas Equipo Blog. Medicamentos Recetados para el Dolor (Opioides)-*

Los jóvenes pueden empezar a consumir drogas como una forma de experimentar que los puede llevar a consecuencias negativas, pero también porque sufren los efectos de la adicción en sus hogares.

La exposición a la adversidad en la edad temprana, incluyendo el abuso de menores y la negligencia, las enfermedades mentales y el abuso de sustancias en el hogar, pueden contribuir a resultados pobres en la salud y menores oportunidades. Las ACEs (Experiencias Adversas en la Infancia) han sido asociadas a comportamientos riesgosos para la salud, condiciones crónicas de salud, problemas de salud mental y oportunidades en la vida que incluyen no terminar la preparatoria, desempleo y pobreza. Aquellos con una historia de abuso en la infancia y negligencia son 1.5 veces más propensos a usar sustancias ilegales en la madurez media.

## ¿Cómo podemos enfocarnos en la prevención en el Condado de Bartholomew?

- ♦ Ofreciendo programas de paternidad positiva y programas que apoyen relaciones fuertes y a las familias.
- ♦ Ofreciendo programas de enseñanza para dar apoyo a niños de padres en adicción activa.
- ♦ Dando apoyo a las familias adoptivas temporales con donaciones de ropa, cunas, asientos para autos, entradas al cine, al zoológico o al Kidscommons.
- ♦ Ofreciendo un programa de recuperación basado en la Fe o programas de apoyo tales como Celebrate Recovery, The Landing, o Teen Challenge.
- ♦ Dando acceso a la página de internet de ASAP para otros recursos de prevención: [ASAPBC.org](http://ASAPBC.org)
- ♦ Proporcionando relaciones de crianza seguras y estables para los niños y de esa forma que todas las personas puedan prosperar y alcanzar todo su potencial.

# Conectar y Colaborar

Unirse a las coaliciones locales para la prevención del uso de sustancias para informar, conectar, y fortalecer sus esfuerzos

*“Ninguna organización o persona puede llevar a cabo individualmente la multitud de servicios necesarios para ayudar a las personas afectadas por la salud mental o el consumo de sustancias...las mejores fuentes de apoyo son las personas que viven, sirven y trabajan en la comunidad y los mejores resultados son a menudo los que surgen de la acción conjunta.”*

*-SAMHSA Una Voz, Una Comunidad*

## ¿Cómo podemos colaborar en el Condado de Bartholomew?

- ◆ ¿Cuenta con espacio donde ofrecer reuniones educativas o de apoyo?
- ◆ ¿Puede coordinar voluntarios para transporte, servicios de apoyo en la recuperación, empleo, cuidado de menores u otras necesidades?
- ◆ Considere ofrecer mensajes de esperanza y sanación a la comunidad de Fé.

The logo for ASAP (Alliance for Substance Abuse Progress) in Bartholomew County. It features the letters 'ASAP' in a large, bold, red, distressed font, enclosed within a thin, gold-colored rectangular border.

Alliance for Substance Abuse Progress  
in Bartholomew County

[www.asapbc.org](http://www.asapbc.org)