

## Historias de la vida real sobre la independencia de la adicción

"La adicción no sólo afecta a una persona, sino que afecta a las familias completas, especialmente a los niños, y tiene impacto en toda la comunidad. La adicción provoca problemas financieros y matrimoniales, violencia doméstica, maltrato infantil, delincuencia, y puede, ser mortal " Susan Bower, Directora del Departamento de Alcohol y Drogas ADS, Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de San Diego(HHSA), comentó ante cientos de personas de los programas de recuperación que se reunieron para celebrar el éxito de los programas de recuperación del 2009.

Jeff Jeffrey a sus cuarenta años, sabe hasta dónde pueden llegar las consecuencias de la adicción. Él pasó casi la mitad de su vida evadiendo a la ley, cambiando de un estado a otro con tal de poder seguir usando drogas.

"Durante 20 años, yo estuve dentro y fuera del sistema de justicia", dijo Jeff comenzó a beber y fumar marihuana a los 12, y a los 16 años ya abusaba de "todo." Después de 27, su adicción finalmente provocó que entrara al sistema de justicia, y fue lo que terminó salvándole la vida. Y comenta: "Ellos, comenta refiriéndose al sistema de justicia, vinieron a ser mi solución. Gracias a ellos tuve la oportunidad de cambiar mi vida ", dijo Jeff, agregando que durante cuatro años que se mantuvo sobrio y limpio obtuvo tres títulos universitarios, y que hoy en día, es consejero en uno de los programas de ayuda para el abuso de sustancias.

El Departamento de Salud y Servicios Humanos patrocina varios programas de tratamientos en centros de ayuda y a domicilio, en toda la región de San Diego. Estos programas están ayudando a muchos a liberarse de su adicción. Sin embargo, hay millones de personas en todo el país, y miles en San Diego, que siguen viviendo y sufriendo las consecuencias de vivir con una adicción.

En el 2008, más de 13, 000 personas ingresaron a centros de tratamiento financiados por el condado. De los registrados 11 000 son adultos, y 2 000 menores de 18 años. La droga de mayor elección de más del 40 por ciento de los adultos en tratamiento fue el Crystal, y la marihuana fue la principal elección de entre los adolescentes.

"Superar una adicción requiere de perseverancia y determinación, aún y cuando parezca que la situación empeora en vez de mejorar", comentó la Susan Bower, agregando: "Las personas pueden salir de la adicción si se lo proponen. La recuperación es posible cuando hay



*Susan Bower, Directora, HHSA's Alcohol and Drug Services*

esperanza, deseo, fuerza y determinación, en una persona que es apoyada por un programa especializado, y por sus familiares y amigos"

Debbie Snyder, de 45 años, vivió y sufrió en carne propia lo que significa 25 años de adicción. Ella, siendo madre de cuatro hijos, perdió la satisfacción de verlos crecer porque no pudo criarlos debido a su continuo uso de drogas. Pero cuando los Servicios de Protección de menores le quitaron a su bebé de 13 meses de edad, fue entonces que Debbie buscó ayuda, y porque ésta fue una de las condiciones para recuperar la custodia de su bebé.

"El tratamiento me ofreció la seguridad que me ayudó a ser capaz de reconstruir mi vida, y a recuperar los vínculos afectivos que había perdido", dijo Debbie, quien, además, comentó que ella comenzó a beber y fumar marihuana cuando tenía sólo 14 años de edad, y también fue cuando salió de la casa de sus padres, de la secundaria y, pronto ya estaba utilizando "todo lo que estaba disponible." "Mi consejero de tratamiento me desafió a mirar hacia atrás y recapacitar sobre lo que había hecho con mi vida. Esto me ayudó a identificar las verdaderas razones de mi adicción", añadió Debbie, quien ahora se ha mantenido limpia por seis años, y en este tiempo, ha mejorado la relación con sus hijos mayores. También, es consejera en programas de ayuda para el abuso de sustancias y ayuda a muchas personas ofreciéndoles la manera de encontrar fuerzas y buscar ayuda para no continuar sufriendo por estar atrapadas en el ciclo de la adicción.

"Yo comento mi experiencia porque quiero decirle a la gente que deben darse una oportunidad para permitir que el tratamiento les ayude", comentó Debbie, agregando: "Cualquiera que se lo proponga puede cambiar su vida".

Las personas que viven con una adicción al alcohol o las drogas y que muchas veces piensan "basta", quiero ser "feliz", quiero "vivir", quiero "salir adelante", y/o quiero "dejar de sufrir y de hacer sufrir a mis seres queridos", se les recomienda que busquen ayuda llamando a la línea multilingüe del Condado, que está disponible los 7 días de la semana, las 24-horas. La Línea de Acceso y la Línea de Crisis al (800) 479-3339. La ayuda es gratuita y confidencial.