
UNA DIVISIÓN DEL DBHIDS
cbhphilly.org

 DEPARTAMENTO DE SERVICIOS
PARA LOS MIEMBROS DE LA CBH
888-545-2600

 LÍNEA PARA CRISIS DE
PHILADELPHIA
215-685-6440

SERVICIOS POR DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL DE PHILADELPHIA (IDS)
215-685-5900

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA ADULTOS:

EINSTEIN MEDICAL CENTER
215-951-8300
5501 Old York Road

PENNSYLVANIA HOSPITAL
215-829-5433
Spruce Building
801 Spruce Street
1st Floor

FRIENDS HOSPITAL
215-831-4600
4641 Roosevelt Boulevard

TEMPLE UNIVERSITY HOSPITAL
EPISCOPAL CAMPUS
215-707-2577
100 E Lehigh Avenue

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA NIÑOS:

**CENTRO DE RESPUESTA ANTE CRISIS
PARA NIÑOS DE PHILADELPHIA**
215-878-2600
3300 Henry Avenue
Falls Two Building

MENSAJE DE LA DIRECTORA GENERAL

Estimado miembro de la CBH:

Desde la Oficina de Salud del Comportamiento para la Comunidad (*Community Behavioral Health*, CBH), queremos asegurarnos de que todos los habitantes de Philadelphia puedan recibir servicios de alta calidad a un costo accesible y orientados a la recuperación para satisfacer todas sus necesidades. Puede contar siempre con nuestros representantes del Departamento de Servicios para los Miembros para que lo guíen en el proceso de acceso a los servicios para la salud del comportamiento de Philadelphia.

Hemos lanzado este boletín informativo durante el invierno de 2021 para responder algunas de sus consultas sobre la salud del comportamiento. Estamos complacidos con los comentarios que hemos recibido y esperamos continuar proporcionándole la información que necesita para tomar decisiones acertadas sobre su salud del comportamiento.

En esta edición del boletín del Departamento de Servicios para los Miembros, le explicaremos qué es el trastorno por consumo de sustancias, dónde puede encontrar ayuda y cuáles son los tipos de ayuda disponibles para usted. La CBH dispone de una amplia red de proveedores y programas para ayudarlo en su camino.

Espero que este boletín le resulte útil para su tratamiento y aborde sus necesidades de salud del comportamiento. Recuerde que el Departamento de Servicios para los Miembros de CBH atiende durante las 24 horas, los siete días de la semana. Comuníquenos sus inquietudes por teléfono llamando al 1-888-545-2600.

Atentamente.

Faith Dyson-Washington
Directora general
Community Behavioral Health



UNA DIVISIÓN DEL DBHIDS
cbhphilly.org

 DEPARTAMENTO DE SERVICIOS
PARA LOS MIEMBROS DE LA CBH
888-545-2600

 LÍNEA PARA CRISIS DE
PHILADELPHIA
215-685-6440

SERVICIOS POR DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL DE PHILADELPHIA (IDS)
215-685-5900

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA ADULTOS:

EINSTEIN MEDICAL CENTER
215-951-8300
5501 Old York Road

PENNSYLVANIA HOSPITAL
215-829-5433
Spruce Building
801 Spruce Street
1st Floor

FRIENDS HOSPITAL
215-831-4600
4641 Roosevelt Boulevard

TEMPLE UNIVERSITY HOSPITAL
EPISCOPAL CAMPUS
215-707-2577
100 E Lehigh Avenue

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA NIÑOS:

CENTRO DE RESPUESTA ANTE CRISIS
PARA NIÑOS DE PHILADELPHIA
215-878-2600
3300 Henry Avenue
Falls Two Building

SERVICIOS PARA LA ADICCIÓN

¿Qué es el trastorno por consumo de sustancias?

El trastorno por consumo de sustancias es el consumo reiterado de drogas o alcohol, a pesar de sus consecuencias nocivas en la vida cotidiana de una persona. Las personas que consumen habitualmente drogas o alcohol se sienten mal si dejan de hacerlo. Esta sensación de malestar se conoce como “abstinencia”. La abstinencia es uno de los signos de adicción al consumo de sustancias.

La adicción produce cambios en el funcionamiento del cerebro y causa un deseo intenso e incontrolable de consumir una sustancia. Los estudios revelan que la adicción afecta las áreas del cerebro relacionadas con el juicio, la toma de decisiones, el aprendizaje, la memoria y el control del comportamiento. Por esta razón, muchos científicos y profesionales médicos la consideran como una enfermedad a largo plazo, como lo son la diabetes o el asma.

Los signos de una adicción afectan a las personas de diferentes maneras. Se pueden observar cambios en la personalidad, deseos compulsivos de consumir la sustancia y movimientos corporales incontrolables. Las personas afectadas por este trastorno pueden manifestar problemas en la toma de decisiones, el aprendizaje y la memoria. Existen varias maneras de identificar y tratar una adicción. La siguiente lista proporciona algunos ejemplos de los signos y síntomas que podrían presentarse debido a la adicción a una sustancia.

- ➔ **Problemas de salud física** como dolores de cabeza, trastornos del sueño, disfunción sexual, problemas gastrointestinales, enfermedad hepática, problemas respiratorios (sinusitis por inhalación de drogas o tos por fumarlas), dilatación o contracción de las pupilas.
- ➔ **Cambios en el comportamiento** como nerviosismo, ansiedad, ira, irritabilidad, depresión, cambios de humor, movimientos anormales rápidos o lentos.
- ➔ **Problemas familiares** (incluida la separación y el divorcio), abuso o violencia, ansiedad y depresión de los familiares, problemas de conducta en sus hijos.
- ➔ **Pérdida de relaciones sociales** con amistades duraderas, pasar más tiempo con otras personas con problemas de adicción, aislamiento social, desinterés en las actividades cotidianas.

UNA DIVISIÓN DEL DBHIDS
cbhphilly.org

 DEPARTAMENTO DE SERVICIOS
PARA LOS MIEMBROS DE LA CBH
888-545-2600

 LÍNEA PARA CRISIS DE
PHILADELPHIA
215-685-6440

SERVICIOS POR DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL DE PHILADELPHIA (IDS)
215-685-5900

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA ADULTOS:

EINSTEIN MEDICAL CENTER
215-951-8300
5501 Old York Road

PENNSYLVANIA HOSPITAL
215-829-5433
Spruce Building
801 Spruce Street
1st Floor

FRIENDS HOSPITAL
215-831-4600
4641 Roosevelt Boulevard

TEMPLE UNIVERSITY HOSPITAL
EPISCOPAL CAMPUS
215-707-2577
100 E Lehigh Avenue

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA NIÑOS:

CENTRO DE RESPUESTA ANTE CRISIS
PARA NIÑOS DE PHILADELPHIA
215-878-2600
3300 Henry Avenue
Falls Two Building

- ➔ **Problemas en la escuela o en el trabajo**, como ausencias de las clases o del trabajo, notas más bajas o disminución del desempeño en el trabajo, cambios de empleo con frecuencia o reubicaciones.
- ➔ **Problemas legales** como arrestos, conducir bajo la influencia de sustancias, robo, venta de drogas.
- ➔ **Problemas de dinero**, como pedidos de dinero a amigos o parientes, venta de sus pertenencias (probablemente para sustentar el consumo de drogas).

“La adicción afecta a todas las personas que aman a quien consume drogas, pero no hay que perder las esperanzas. Usted y sus seres queridos pueden curarse de esta enfermedad.”

— *Miembro de la CBH*

EXISTE AYUDA

¿Dónde puedo conseguirla?

Si cuenta con cobertura médica, puede comunicarse con su compañía de seguros y solicitar tratamiento para el consumo de sustancias. Si vive en Philadelphia y tiene Medicaid, su seguro para los servicios de salud del comportamiento es la CBH. Para solicitar la terapia para traumas, puede llamar al Departamento de Servicios para los Miembros de CBH al 1-888-545-2600 durante las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Como miembro de la CBH, tiene varios tipos de terapia disponibles para ayudarle a recuperarse del consumo de sustancias. También ofrecemos terapia para los familiares y seres queridos de una persona que padece este trastorno. Algunas de las terapias disponibles son: desintoxicación, rehabilitación, tratamiento asistido con medicamentos (*Medication Assisted Treatment, MAT*), terapia intensiva ambulatoria, terapia grupal y terapia ambulatoria doble. Otros servicios disponibles incluyen la terapia cognitivo-conductual, la búsqueda de seguridad, la terapia dialéctico conductual y la terapia de exposición prolongada. Estos servicios se denominan Prácticas basadas en la evidencia (*Evidence-Based Practices, EBP*). Las EBP son servicios que han demostrado su eficacia para ayudar a las personas con problemas de salud del comportamiento o por consumo de sustancias.

UNA DIVISIÓN DEL DBHIDS
cbhphilly.org

 DEPARTAMENTO DE SERVICIOS
PARA LOS MIEMBROS DE LA CBH
888-545-2600

 LÍNEA PARA CRISIS DE
PHILADELPHIA
215-685-6440

SERVICIOS POR DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL DE PHILADELPHIA (IDS)
215-685-5900

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA ADULTOS:

EINSTEIN MEDICAL CENTER
215-951-8300
5501 Old York Road

PENNSYLVANIA HOSPITAL
215-829-5433
Spruce Building
801 Spruce Street
1st Floor

FRIENDS HOSPITAL
215-831-4600
4641 Roosevelt Boulevard

TEMPLE UNIVERSITY HOSPITAL
EPISCOPAL CAMPUS
215-707-2577
100 E Lehigh Avenue

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA NIÑOS:

CENTRO DE RESPUESTA ANTE CRISIS
PARA NIÑOS DE PHILADELPHIA
215-878-2600
3300 Henry Avenue
Falls Two Building

Los servicios se ofrecen en función de las necesidades médicas. La *necesidad médica* se determina mediante una evaluación de las necesidades de salud física y mental de una persona.

Ofrecemos terapia para el consumo de sustancias para jóvenes y adultos. La terapia puede realizarse a través de la telesalud (por teléfono) o en persona.

Hay varios tipos de terapia disponibles para usted. Visite el sitio web de la CBH en cbhphilly.org o llame al Departamento de Servicios para los Miembros de la CBH al 1-888-545-2600 para obtener más información sobre sus beneficios.

Glosario de Términos

Adicción: consumo reiterado de drogas o alcohol

Evaluación: una entrevista en profundidad para comprender sus necesidades o las de sus seres queridos

E.P.I.C.: Centro de Innovación y de Prácticas basadas en la evidencia

Recuperación: sanación de los problemas por consumo de sustancias

¿QUÉ DEBO HACER SI ESTOY EXPERIMENTANDO LOS SÍNTOMAS DE ABSTINENCIA O CREO QUE NECESITO SER HOSPITALIZADO PARA RECIBIR ATENCIÓN PARA EL CONSUMO DE SUSTANCIAS?

Evaluación

Las evaluaciones para la salud mental y el consumo de sustancias son similares a las consultas a una sala de emergencias. Las personas que acuden a un centro de evaluación llegan con distintas afecciones y necesidades de salud. El personal de emergencia también podría traer a las personas que necesitan atención de emergencia para ser evaluadas. La seguridad es la máxima prioridad en cada sitio

UNA DIVISIÓN DEL DBHIDS
cbhphilly.org

 DEPARTAMENTO DE SERVICIOS
PARA LOS MIEMBROS DE LA CBH
888-545-2600

 LÍNEA PARA CRISIS DE
PHILADELPHIA
215-685-6440

SERVICIOS POR DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL DE PHILADELPHIA (IDS)
215-685-5900

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA ADULTOS:

EINSTEIN MEDICAL CENTER
215-951-8300
5501 Old York Road

PENNSYLVANIA HOSPITAL
215-829-5433
Spruce Building
801 Spruce Street
1st Floor

FRIENDS HOSPITAL
215-831-4600
4641 Roosevelt Boulevard

TEMPLE UNIVERSITY HOSPITAL
EPISCOPAL CAMPUS
215-707-2577
100 E Lehigh Avenue

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA NIÑOS:

CENTRO DE RESPUESTA ANTE CRISIS
PARA NIÑOS DE PHILADELPHIA
215-878-2600
3300 Henry Avenue
Falls Two Building

de evaluación. Si bien las necesidades de todas las personas son importantes, es posible que se priorice su atención en función de estas. Durante la evaluación, prepárese para hablar con más de un profesional de la salud del comportamiento. Hay varios sitios de evaluación que están conectados con una universidad. Si un médico residente es quien realiza la entrevista, consultará con un psiquiatra antes de dar la recomendación final del Nivel de atención (*Level of Care*, LOC) de su tratamiento. Todos los centros de evaluación cuentan con protocolos para COVID-19.

Las *evaluaciones* pueden considerarse como entrevistas en profundidad donde se le pide que cuente su historia. Lo atenderán uno o dos profesionales de la salud del comportamiento que le harán preguntas sobre su información general, salud física, salud del comportamiento, consumo de sustancias, apoyos y vivienda. Es posible que también lo vea un enfermero o practicante de enfermería para evaluar sus necesidades físicas. Toda la información recopilada será entregada a un psiquiatra o residente de psiquiatría, quien le hará la entrevista en profundidad luego de revisarla. Esta parte de la evaluación suele durar entre dos y tres horas. Tras finalizar la evaluación y mediante el uso de los criterios de necesidad médica se procede a la recomendación del LOC. Es su derecho solicitar una copia de estos criterios en cualquier momento llamando a la línea directa del Departamento de Servicios para los Miembros de la CBH al 1-888-545-2600.

Así como los profesionales médicos determinan el tratamiento para la diabetes, los profesionales de la salud del comportamiento evalúan sus necesidades de salud del comportamiento y por consumo de sustancias. Para llegar a ser un profesional médico con licencia se requieren años de estudio y una base sólida de conocimientos. Los profesionales de salud del comportamiento del sitio de evaluación son los especialistas que lo atenderán por problemas de salud del comportamiento y consumo de sustancias. Por lo tanto, es responsabilidad de estos recomendar el LOC más adecuado para su caso, dependiendo de las necesidades médicas.

Si usted tiene interés en un LOC específico, puede decirlo durante su evaluación. No obstante, debe saber que es posible que no reciba la aprobación para ese LOC. Recuerde que los profesionales del sitio de evaluación son los responsables de garantizar su seguridad mediante el uso de los criterios de necesidad médica.

En caso de aprobarle un LOC de hospitalización, los profesionales médicos que lo ayudaron durante este proceso serán los encargados de coordinar su atención. La continuidad de la coordinación de la atención incluye, entre otros, averiguar la disponibilidad de camas, el transporte y la administración de medicamentos. Es posible que le consulten sobre alguna preferencia con respecto a los centros de tratamiento, pero nunca le pedirán que averigüe sobre la disponibilidad en la red de la CBH.

En caso de no aprobarle un LOC de hospitalización, se le dará un plan de alta o un plan postratamiento. Este plan será el próximo paso a seguir en su tratamiento. Un

UNA DIVISIÓN DEL DBHIDS
cbhphilly.org

 DEPARTAMENTO DE SERVICIOS
PARA LOS MIEMBROS DE LA CBH
888-545-2600

 LÍNEA PARA CRISIS DE
PHILADELPHIA
215-685-6440

SERVICIOS POR DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL DE PHILADELPHIA (IDS)
215-685-5900

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA ADULTOS:

EINSTEIN MEDICAL CENTER
215-951-8300
5501 Old York Road

PENNSYLVANIA HOSPITAL
215-829-5433
Spruce Building
801 Spruce Street
1st Floor

FRIENDS HOSPITAL
215-831-4600
4641 Roosevelt Boulevard

TEMPLE UNIVERSITY HOSPITAL
EPISCOPAL CAMPUS
215-707-2577
100 E Lehigh Avenue

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA NIÑOS:

**CENTRO DE RESPUESTA ANTE CRISIS
PARA NIÑOS DE PHILADELPHIA**
215-878-2600
3300 Henry Avenue
Falls Two Building

profesional de la salud del comportamiento del sitio de evaluación lo revisará junto a usted para asegurarse de que lo comprenda y de que sea factible de seguir.

Conozca sus derechos

Si en algún momento durante este proceso siente que lo han tratado de forma poco ética, comuníquese de inmediato con el Departamento de Servicios para los Miembros al 1-888-545-2600. Los representantes son sus defensores de salud del comportamiento y atienden durante las 24 horas, los siete días a la semana.

EPIC—PÍDALA POR SU NOMBRE: TERAPIA DE EXPOSICIÓN PROLONGADA

¡La recuperación es posible!

Una vez completada la evaluación, el profesional de la salud del comportamiento determinará la EBP más adecuada para su caso. Esto es similar a cuando evalúan la diabetes a una persona y le recetan el mejor medicamento. La exposición prolongada (*Prolonged Exposure*, PE) es un ejemplo de un tratamiento que ayuda al trastorno por consumo de sustancias. Es un tratamiento basado en la evidencia, destinado a adultos que experimentan síntomas de un trastorno por estrés postraumático (TEPT). En algunas ocasiones, los sobrevivientes de un trauma se sienten perseguidos por sus experiencias pasadas. Estos recuerdos, pensamientos y sentimientos suelen ser dolorosos y puede llegar a ser muy difícil convivir con ellos. La terapia de PE tiene como objetivo reducir los síntomas del TEPT ayudando a las personas a enfrentar los pensamientos, sentimientos y situaciones relacionados con el trauma que anteriormente se habían evitado. Este proceso de exposición gradual ayuda a reducir la angustia asociada con estos pensamientos, sentimientos y sensaciones traumáticas que causan los síntomas del TEPT. El terapeuta es el encargado de brindar el tratamiento en ocho a quince sesiones de 90 minutos cada una.

Robert (Bob) Dilenge trabaja como consejero grupal en Merakey Parkside Recovery, un programa destinado para el consumo de sustancias que forma parte de la Iniciativa de la terapia de PE de la CBH con el Centro para el Tratamiento y Estudio de la Ansiedad (*Center for the Treatment and Study of Anxiety*, CTSA). Bob finalizó su primer caso de PE con Tim*, un hombre que había experimentado varios traumas cuando era joven, incluido el hecho de haber recibido un disparo. Se realizó la siguiente entrevista a Bob y Tim para aclarar el proceso paralelo de proporcionar y recibir el tratamiento de PE.

UNA DIVISIÓN DEL DBHIDS
cbhphilly.org

 DEPARTAMENTO DE SERVICIOS
PARA LOS MIEMBROS DE LA CBH
888-545-2600

 LÍNEA PARA CRISIS DE
PHILADELPHIA
215-685-6440

SERVICIOS POR DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL DE PHILADELPHIA (IDS)
215-685-5900

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA ADULTOS:

EINSTEIN MEDICAL CENTER
215-951-8300
5501 Old York Road

PENNSYLVANIA HOSPITAL
215-829-5433
Spruce Building
801 Spruce Street
1st Floor

FRIENDS HOSPITAL
215-831-4600
4641 Roosevelt Boulevard

TEMPLE UNIVERSITY HOSPITAL
EPISCOPAL CAMPUS
215-707-2577
100 E Lehigh Avenue

CENTROS DE RESPUESTA ANTE
CRISIS PARA NIÑOS:

**CENTRO DE RESPUESTA ANTE CRISIS
PARA NIÑOS DE PHILADELPHIA**
215-878-2600
3300 Henry Avenue
Falls Two Building

EPIC: ¿Cuándo supo que la terapia comenzó a funcionar en Tim?

Bob: Creo que fue en la segunda o tercera sesión de exposición imaginaria. Porque durante la fase de procesamiento, desde la primera exposición imaginaria, él metía la mano dentro de su sudadera. Después del primer tiempo del procedimiento, le pregunté por qué hacía eso, y me explicó que allí guardaba su arma en el pasado. Tras la segunda o tercer exposición imaginaria, dejó de hacerlo. Durante una de las exposiciones *in vivo*, le mostré un video con el ruido de detonaciones de una camioneta. Él me había comentado que, en el pasado, cuando escuchó las detonaciones de una camioneta, tomó a su sobrina y la cubrió. La primera vez que escuchó el video conmigo, se asustó, pero luego, la segunda o tercera vez, no reaccionó en absoluto.

EPIC: ¿Cuándo supo que la terapia comenzó a funcionar en usted?

Tim: Fue el día que puso una grabación de sonidos de detonaciones, petardos o cosas así, y yo no salté como solía hacerlo. Solo me reí. Fue ahí cuando me di cuenta del gran avance. Antes habría reaccionado de forma muy diferente. Habría saltado y me habría asustado. Pero esta vez, no hice nada de eso y supe que estaba funcionando. Hoy podría volver al lugar donde casi muero y no sentir miedo.

EPIC: ¿Cuál es el mayor cambio que notó en Tim después de la PE?

Bob: Dejó de sentir enojo. Su personalidad cambió por completo. Viene a la clínica sonriendo y haciendo bromas con todo el mundo. Se ha convertido en una de las personas favoritas de la clínica.

EPIC: ¿Cómo cree que la PE lo ayudó a recuperarse del consumo de sustancias?

Tim: Parte de mi trauma estaba relacionado con las drogas y el alcohol, por lo que hay una conexión entre ellos. Recibí un disparo porque estaba involucrado en la venta de estupefacientes ilegales. Ya no estoy dispuesto a volver a ese estilo de vida ni a consumir drogas, en definitiva, a volver a esa realidad. ¿Por qué querría volver a eso? ¿Por qué querría consumir una sustancia que casi hace que me maten? En realidad, el mismo consumo casi me mata en un momento. La PE me ayudó a alejarme de ello.

** Se cambió el nombre de esta persona para proteger su privacidad.*