



## Presentación del camino hacia la recuperación

**D**urante los últimos 35 años, la metadona ha ayudado a millones de personas a liberarse de los interminables altibajos de la adicción a las drogas opioides. Ellos pudieron mejorar su salud, trabajar en empleos estables o regresar a la escuela, lograr tener familias más felices y vidas sociales, y finalmente comenzaron a sentirse mejor sobre sí mismos.

Si esto le resulta demasiado bueno para ser verdad, y es lo que usted desea, entonces está listo para comenzar su propia **comenzar su propia recuperación.**

### ¿Qué es la metadona?

La metadona es un medicamento para el alivio del dolor que fue descubierto en la década de 1940 por científicos alemanes como un sustituto de la morfina. Poco después, algunas compañías estadounidenses introdujeron la metadona en los Estados Unidos para ser usada como calmante y más tarde para ayudar en el tratamiento de personas que padecían los síntomas de la abstinencia a la heroína.

La metadona, la heroína y la morfina pertenecen a una clase de drogas denominadas opioides. Todas ellas actúan en el cerebro sobre los centros del dolor, el estado de ánimo y otros estados emocionales. Sin embargo, la metadona posee algunas cualidades especiales.

### ¿Qué es el tratamiento de mantenimiento con metadona (MMT)?

A comienzos de la década de 1960, dos médicos de Nueva York, Vincent Dole y Marie Nyswander, descubrieron que si se toma metadona diariamente, lo que se denomina “dosis de mantenimiento”, como parte de un programa que ofrezca servicios de apoyo, resulta un tratamiento médico eficaz para la adicción a los opioides.

La metadona funciona de varias maneras.

**La dosis de mantenimiento correcta de metadona, no le hace sentir “volado” o “drogado”, como lo hacen otros opioides, por lo tanto usted puede vivir una vida normal.**

Los efectos graduales a largo plazo (24 horas o más) de la metadona eliminan el ansia o el deseo de consumir otras drogas opioides.

La metadona se toma por vía oral una vez al día, por lo tanto usted evita el uso de agujas hipodérmicas y los riesgos que éstas presentan de contraer enfermedades como la hepatitis y el VIH.

Le ayuda a vivir una vida más saludable y mejor, libre de drogas ilícitas.

Muchas personas afirman que en realidad la metadona los hace sentir “normal” por primera vez en mucho tiempo. Pero, no es la cura de la adicción, y se utiliza como parte de un programa de recuperación que puede incluir orientación, reuniones con grupos de apoyo, y otra ayuda proporcionada por el personal de su clínica.

Además, la metadona es un tratamiento únicamente para la adicción a las drogas opioides. El uso de otras drogas, como por ejemplo el alcohol, la cocaína o la marihuana, frustrarán su recuperación.

## ¿Hasta qué punto es segura la metadona?

Desde su invención, hace ya más de 55 años, los estudios científicos han probado que la metadona es tan segura como cualquier otro medicamento recetado por los doctores. La metadona tomada bajo la supervisión de un doctor no daña ninguno de los órganos de su cuerpo y no cambia su capacidad de pensar con claridad.

Al igual que con cualquier otro medicamento, la metadona puede causar una reacción. Algunas personas, pero no todas, pueden experimentar efectos colaterales leves, como por ejemplo sudor o estreñimiento cuando comienzan el tratamiento por primera vez. Con el paso del tiempo, generalmente estas reacciones desaparecen o se vuelven menos incómodas por sí solas, o es posible que se puedan eliminar con un pequeño cambio en la dosis de metadona.

## ¿Qué cantidad de metadona?

La dosis correcta de metadona que usted necesite dependerá de su estado de salud general, y de otros medicamentos que pueda estar tomando. Una dosis de mantenimiento adecuada le evitará padecer los síntomas desagradables de la abstinencia entre una dosis y otra. También eliminará el ansia por otras drogas opioides o evitará que se sienta “volado” si llegara a tomarlas.

Su dosis diaria de metadona podría ser diferente de la dosis de las demás personas en su clínica y es posible que se cambie ocasionalmente.

## ¿Cuánto tiempo dura el tratamiento?

No existe una duración de tiempo específica en el tratamiento de mantenimiento con metadona que sea la mejor para todas las personas. Generalmente, cuanto más tiempo usted permanezca en el programa, mayores serán sus probabilidades de éxito.

Algunas personas toman metadona durante toda su vida, y lo hacen con gusto. Otras deciden intentar un enfoque totalmente libre de drogas una vez que sus vidas han mejorado, algo que puede tomar algún tiempo.

Primero analice esto con el personal de su clínica, para que puedan planificar un período gradual de reducción de la metadona. Nunca reduzca su dosis de metadona ni deje de tomarla sin consultarlo antes, pues puede experimentar síntomas de abstinencia y ansias de consumir drogas, algo que puede provocar una recaída.

## ¿Qué sigue después?

**Para comprender más cabalmente qué puede significar el MMT para usted, hable con las personas que, gracias a su tratamiento con metadona, han triunfado, aquellas personas que le dieron un vuelco total a sus vidas para mejorarlas. Sus historias le proporcionarán abundante experiencia, fortaleza y esperanza de un futuro mejor en la recuperación.**

**Los folletos siguientes en esta serie le ayudarán a responder otras preguntas que pueda tener. Y no olvide hablar con el personal de su clínica: ellos están allí para ayudarlo.**

Para información adicional sobre adicción y recuperación, visite el sitio web del *Foro de Tratamiento de Adicciones* en: [www.atforum.com](http://www.atforum.com).

TRATAMIENTO DE LA ADICCIÓN

# Foro