Guía de recursos sobre el consumo y abuso de alcohol

Condado de Middlesex y gran New Brunswick

Información general sobre el alcohol

El alcohol es una drogs depresora del sistema nervioso central, lo que significa que es una droga que ralentiza la actividad cerebral. Puede cambiar su estado de ánimo, comportamiento y autocontrol. El alcohol puede causar problemas con la memoria y el pensamiento claro y puede afectar la coordinación y el control físico. El alcohol también afecta a otros órganos del cuerpo, como el aumento de la presión arterial y la frecuencia cardíaca.

Los efectos del alcohol varían de persona a persona, dependiendo de una variedad de factores, que incluyen:

- Cantidad que bebió una persona
- Con qué rapidez lo hizo
- La cantidad de alimentos que come una persona antes de beber
- La edad, género, raza o etnia de una persona
- La condición física de una persona
- Si tiene o no antecedentes familiares de problemas con el alcohol

Trastorno por consumo de alcohol

Alrededor de 18 millones de estadounidenses adultos tienen un trastorno por consumo de alcohol (AUD, por sus siglas en inglés), lo que significa que beber les causa sufrimiento y daño. AUD puede variar de leve a grave, según los síntomas. El AUD grave a veces se denomina alcoholismo o dependencia del alcohol.

Se considera que alguien tiene AUD si responde afirmativamente a dos o más de las siguientes preguntas. En el último año, esta persona:

- ¿Terminó bebiendo más o por más tiempo de lo planeado originalmente?
- ¿Quería reducir el consumo o dejar de beber, o lo intentó, pero no pudo?
- ¿Pasó mucho tiempo bebiendo o recuperándose de la bebida?
- ¿Sintió una fuerte necesidad de beber?
- ¿Se dio cuenta de que beber (o estar enfermo por la bebida), a menudo interfería con la vida familiar, el trabajo, la escuela, la participación en actividades agradables o le causaba problemas con la familia o los amigos?
- ¿Ha estado en situaciones peligrosas a causa de la bebida, como conducir ebrio o tener relaciones sexuales sin protección?
- ¿Siguió bebiendo a pesar de sentir depresión o ansiedad? ¿O cuando surgía otro problema de salud?
- ¿Tuvo que beber más y más cantidad para sentir los efectos del alcohol?
- ¿Tuvo síntomas de abstinencia cuando pasaba el efecto del alcohol (estos incluyen dificultad para dormir, temblores, irritabilidad, ansiedad, depresión, inquietud, náuseas y sudoración)? En casos graves, puede tener fiebre, convulsiones o alucinaciones.

Las personas con AUD deben hablar con su proveedor de atención primaria sobre los síntomas, tratamientos y derivaciones.

Dónde obtener ayuda

Grupos de apoyo familiar de Al-Anon

Cuenta con grupos de apoyo para familias o personas con AUD.
https://al-anon.org/al-anon-meetings/

Localizador de organizaciones para alcohólicos anónimos

Brinda apoyo a las personas con AUD.
https://www.aa.org/find-aa/north-america

Línea directa de servicios de adicciones de New Jersey

Servicio confidencial, gratuito y de tiempo completo que proporciona información y remisiones a agencias de tratamiento por abuso de sustancias.
Idiomas adicionales: LL
Número de teléfono: 844-REACHNJ (844-732-2465)
Sitio web del directorio de tratamiento:
https://njsams.rutgers.edu/TreatmentDirectory/

Centro Wellspring para la prevención

Cuenta con una remisión en línea al portal de tratamiento.
Idiomas adicionales: ES
Línea directa: 732-254-3344
Sitio web: www.WellspringPrevention.org/

EN CASO DE EMERGENCIA LLAME AL: **911**

Programas de asesoramiento y tratamiento

Servicios de adicción de Caridades católicas de la diócesis de Metuchen

Brinda servicio ambulatorio de evaluaciones completas de alcohol/drogas; asesoramiento individual, grupal y familiar a personas y familias que sufren el impacto de las drogas o del alcohol.
Idiomas adicionales: LL, ES
Teléfono del centro: 732-324-8200
Sitio web: https://ccdom.org/middlesex-addiction-services

Centro de terapia de red

Ofrece desintoxicación ambulatoria del alcohol y de otras sustancias y aborda problemas psiquiátricos concurrentes.
Idiomas adicionales: ES
Teléfono: 732-560-1080
Sitio web: www.recoverycnt.com/

Clarity Treatment Services LLC

Clarity Treatment Services ofrece asesoramiento, planes integrales de tratamientos y programas para el alcohol, las drogas y la adicción a los juegos de azar en adolescentes y adultos.
Idiomas adicionales: ES, PT
Teléfono: 732-442-3535
Sitio web: www.claritytreatmentservices.com/

George J. Otlowski, Sr. Centro de atención de salud mental

Ofrece tratamiento a los residentes del condado de Middlesex (a partir de los 5 años) para una amplia gama de trastornos emocionales, como ansiedad, depresión, problemas conyugales, familiares y de otra índole.
Idiomas adicionales: ES
Teléfono: 732-442-1666
Sitio web:
http://www.middlesexcountynj.gov/Government/Departments/CS/Pages/GOCMH/George-J.-Otlowski,-Sr.-Center-for-Mental-Health-Care.aspx

Hackensack Meridian JFK Medical Center – Centro para la Salud del Comportamiento

Servicios ambulatorios para personas con problemas de consumo o abuso de sustancias o de salud mental.
Idiomas adicionales: ES
Teléfono: 732-321-7189
Sitio web: https://www.jfkmc.org/clinical-services/behavioral-health

New Brunswick Counseling Center (Centro de asesoramiento de New Brunswick)

Los programas ambulatorios para el consumo de sustancias y los trastornos coexistentes ofrecen una variedad de servicios para el tratamiento de trastornos por consumo de sustancias que no son opiáceos.
Idiomas adicionales: ES
Teléfono: 732-246-4025
Sitio web: www.newbrunswickcounselingcenter.org/

New Hope Foundation Inc. – Servicios ambulatorios de Open Door

Brinda servicios ambulatorios para el consumo de sustancias, el juego y los trastornos de salud mental concurrentes, que incluyen detección de drogas, evaluación y derivación, atención posterior, asesoramiento individual, grupal y familiar, consulta y prevención para el ambiente de trabajo sin drogas, y educación en New Brunswick. Los servicios residenciales están disponibles en otros lugares.
Idiomas adicionales: ES
Teléfono: 800-705-HOPE (4673)
Sitio web: https://newhopeibhc.org/about/facilities/

Rutgers University Behavioral Health Care (UBHC)

UBHC brinda atención clínica y el desarrollo de nuevos tratamientos, y también capacita a profesionales de todo el país sobre las mejores maneras de ayudar a las personas en los momentos difíciles. Idiomas adicionales: LL
Teléfono: 800-969-5300
Sitio web: https://ubhc.rutgers.edu/

Directorio de idiomas:

ES = Español LL = Línea de idiomas PT = Portugués

Para obtener más información sobre el listado de recursos consulte la *Guía de recursos y derivación de salud del comportamiento: Condado de Middlesex y gran New Brunswick, edición de 2019,* disponible en: http://rwjms.rutgers.edu/BehavioralHealthGuide/

El equipo de trabajo de Salud del comportamiento creó esta guía; sus coespónsores fueron Rutgers Robert Wood Johnson Medical School y Healthier Middlesex (proyecto conjunto del hospital universitario de Robert Wood Johnson y el hospital universitario de Saint Peter en New Brunswick, NJ).

RUTGERS Robert Wood Johnson Medical School

Healthier Middlesex Working Together

EN CASO DE EMERGENCIA LLAME AL: **911**