

# Comprender el estigma por el consumo de sustancias



La recuperación de la adicción es mucho más probable si ocurre en entornos de apoyo sin prejuicios. La hoja de consejos titulada Comprender el estigma por el consumo de sustancias explora las diferentes formas en que las personas que viven con trastornos por consumo de sustancias pueden estar enfrentando ese estigma. También puede descubrir formas de promover la recuperación a través del respeto y la compasión en su trabajo.

El estigma es una marca de desgracia que diferencia a una persona de los demás. Las actitudes y creencias negativas crean prejuicios, lo que conduce a acciones negativas y a la discriminación.



## Siete formas en que el estigma contribuye a la adicción incluyen:

1. Aumenta la vergüenza y el aislamiento de la familia, los amigos y la comunidad.
2. Evita que las personas busquen ayuda.
3. Limita la disponibilidad de tratamiento.
4. Limita la cantidad de tiempo del tratamiento para el consumo de sustancias cubierto por los seguros de salud.
5. Empuja a las personas hacia un tratamiento que no se basa en la ciencia.
6. Trata a las personas con una adicción como si fueran criminales.
7. Crea barreras sociales y estructurales para la recuperación, como dificultad para conseguir y mantener un trabajo y permanecer empleado.

## Hay tres tipos de estigma:

**Estigma público:** actitudes negativas y temores que aíslan a las personas con una adicción.

**Estigma estructural:** excluye a las personas con una adicción de las oportunidades y los recursos.

**Autoestigma:** crear estereotipos negativos sobre uno mismo.

El acceso al tratamiento no es igual entre los grupos raciales. Los estadounidenses blancos reciben tratamiento más fácil y rápidamente que los estadounidenses afrodescendientes o hispanos debido a décadas de políticas, leyes, prácticas y creencias discriminatorias y racistas. Es importante entender que los afroamericanos e hispanoamericanos experimentan otros estigmas además de los estigmas de adicción más generales mencionados anteriormente.

Las personas tienen más probabilidades de recibir tratamiento y recuperarse cuando sus familias, amigos, proveedores y comunidades las apoyan sin juzgarlas. Elija palabras de apoyo, respetuosas y sin prejuicios que traten a las personas con respeto y compasión.

## ¿Qué puede hacer?

- Conozca los datos sobre la adicción.
- Intervenga cuando escuche algo estigmatizante y cuestione los malentendidos y estereotipos de las personas.
- Hable sobre el consumo de sustancias y la adicción usando un lenguaje respetuoso.
- Respete la dignidad y la humanidad de todas las personas, incluidas las personas que sufren una adicción, y contemple a cada persona en su totalidad.
- Escuche atentamente cuando las personas comparten sus historias.

Para obtener más información sobre cómo los programas Head Start pueden ayudar a las personas con problemas de consumo de sustancias, visite:

[El camino a la recuperación: Head Start toma medidas sobre los trastornos por consumo de sustancias](#)

[Hablar con las familias sobre los trastornos por consumo de sustancias: Pruebas diagnósticas y consultas](#)

[Los programas Head Start apoyan a las familias en recuperación](#)

[Poner fin al estigma por la adicción \(en inglés\)](#)



National Center on

Health, Behavioral Health, and Safety

1-888-227-5125

health@ecetta.info

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/health>

August 2021