



HOSPITAL
SANTA MÔNICA



GUIA PARA LIDAR COM UM FAMILIAR COM DEPENDÊNCIA QUÍMICA

Introdução	3
Como lidar com um familiar com dependência?	5
Diferenciais do Hospital Santa Mônica	16
Conclusão	21
Sobre o Hospital Santa Mônica	23



Introdução



A dependência química é um transtorno que afeta não apenas o indivíduo como também as pessoas em volta. Afinal, ver quem você ama desenvolver uma adicção a uma substância que faz malefícios para o organismo e que transforma o comportamento não é uma tarefa fácil.

Por esse motivo, faz toda a diferença **aprender a oferecer o apoio que a pessoa com dependência precisa nesse momento para se recuperar.**

Ao lidar com esse problema, existem algumas atitudes assertivas, que podem favorecer o tratamento do indivíduo, ao mesmo tempo em que a família pode adotar uma postura desafiadora, que traz mais dificuldades para a melhora da situação.

Para não ter dúvidas de como agir da melhor maneira com um familiar com dependência, o psicólogo do Hospital Santa Mônica, Antonio Chaves Filho, preparou este material com algumas dicas importantes para adotar. Acompanhe e saiba mais sobre como dar o suporte necessário a quem você ama.





Como lidar com um familiar
com dependência?



Antes de saber o que fazer para lidar com um familiar com dependência, é interessante entender melhor do que se trata esse transtorno. Afinal, ao contrário do que muitos pensam, tornar-se uma pessoa dependente química não é algo intencional, tampouco uma falha moral ou falta de vontade.

Na verdade, a **dependência química é uma doença psicológica** que causa uma desordem no sistema de recompensa. Sendo assim, o indivíduo com esse transtorno perde o controle de seus atos e de sua tomada de decisão, devido à necessidade impulsiva de uso contínuo de uma determinada droga que gera dependência.

Nesse caso, a pessoa precisa continuar o uso para se sentir satisfeita ou para fugir do mal-estar. Ao mesmo tempo, **o organismo perde a sensibilidade à toxina e os efeitos são diminuídos**, sendo necessário, em muitas situações, aumentar a dose para vivenciar o mesmo nível de satisfação inicial, o que chamamos de tolerância.



No entanto, após a tolerância, a pessoa nunca atinge esse mesmo grau de satisfação que sentiu no início. Por isso, aumenta sempre a intensidade do uso e a frequência, sem medir consequências.

Com isso, o indivíduo entra em um ciclo bastante prejudicial à saúde, com o aumento do consumo de uma droga. Além disso, precisa enfrentar o desejo impulsivo de repetir o uso da substância, o que **provoca mais alterações no comportamento**, para além do efeito da toxina utilizada.



Vale a pena destacar que não são apenas drogas ilícitas que podem causar dependência química. Bebidas alcoólicas, cigarro e até medicamentos, como é o caso dos calmantes, podem aumentar o risco de desenvolver essa doença.

Diante de um familiar com dependência química, existem algumas atitudes positivas a serem adotadas para ajudá-lo no tratamento e na superação da doença. Confira alguns exemplos a seguir.

Tenha empatia

Entender o transtorno e como a pessoa pode ter chegado a um determinado estado de dependência química são passos iniciais para se colocar no lugar dela. Assim, é possível **compreender melhor o sofrimento** que essa situação causa e sentir empatia.

Por meio do reconhecimento do sofrimento alheio, fica mais fácil se mobilizar para oferecer ajuda adequada. Além disso, a empatia ajuda a superar sentimentos conflitantes, como frustração e decepção com a outra pessoa, para se motivar a oferecer apoio sem julgamentos.

Vale lembrar que todo excesso esconde alguma falta. Então, pode ser um bom caminho procurar entender, junto ao dependente, as suas carências. Além disso, é importante ressaltar que buscarão esse entendimento em conjunto. Não caia na armadilha da facilitação, ou seja, tentar suprir essa falta, pois nesse momento ele precisa de apoio profissional.





Desenvolva uma comunicação adequada

Embora esteja com dependência química e os comportamentos recentes possam ser irreconhecíveis, a pessoa que você conhece continua ali. Por esse motivo, é importante tentar conversar com ela, principalmente em momentos mais tranquilos.

A comunicação adequada também favorece a **criação de um vínculo positivo**. Enquanto o indivíduo com dependência pode reconhecer a aproximação e tentativa de ajuda, você pode compreender melhor o que ele está passando no momento.

A comunicação positiva também ajuda no tratamento. Isso porque, superar os efeitos das substâncias tóxicas e da abstinência é desafiador, e a pessoa com dependência sabe disso. Para que consiga enfrentar os desafios e se comprometer com as terapias adequadas, o diálogo se torna uma peça-chave, principalmente quando é aberto e acolhedor.

Um cuidado importante é não buscar essa comunicação quando a pessoa estiver intoxicada, pelo simples fato de que seu sistema nervoso central estar disfuncional. Desse modo, pode levar a um enviesamento da interpretação da mensagem e o diálogo não surtir efeito esperado.





Entenda quais tratamentos existem

O primeiro passo é entender o que é a dependência química, mas não para por aí. Reconhecer que essa é uma **doença que afeta o estado mental e emocional de um indivíduo** é fundamental também para despertar a curiosidade para conhecer os tratamentos disponíveis.

Uma vez que a dependência química não se limita à vontade de usar uma determinada droga, mas da falta de motivação e controle para não consumi-la, o tratamento precisa lidar diretamente com a questão do controle das ações. No entanto, é importante ter em mente que se livrar de uma dependência é um processo contínuo.

Desse modo, os tratamentos disponíveis para a dependência química vão desde psicoterapia a terapias de reabilitação. O período de abstinência é necessário para interromper o uso da droga e, consequentemente, o ciclo vicioso.

Por essa razão, os tratamentos contam com uma equipe multidisciplinar. Diversos especialistas podem ajudar nesse período, como médicos, psiquiatras, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais e muito mais.

O tratamento tem três pilares básicos, que são: medicação adequada, psicoterapia semanal e mudança no estilo de vida. É nesse processo que a equipe, como um todo, envolve-se para ajudar o paciente.



Busque grupos de apoio

Atualmente, existem diversos grupos que oferecem apoio e acolhimento para pessoas com dependência química e para os seus familiares. Aproximar-se dessas reuniões e desses momentos de compartilhamento das experiências pode ajudar você a compreender melhor como é o processo de se tornar um dependente de uma droga e se livrar da dependência.



Conforme você participa de grupos de apoio, pode conhecer também as metodologias que fazem com que esses espaços se tornem **ambientes seguros e motivadores para pessoas com dependência**. Até mesmo quem convive com alguém dependente pode se beneficiar das reuniões, ao compartilhar as angústias e os sofrimentos com quem passa pela mesma situação.



A grande vantagem desses grupos é a identificação. Por meio dos relatos, é possível aprender, com os exemplos, as atitudes e comportamentos que devemos ter. Além disso, tem o mais importante: percebemos que não estamos sozinhos nessa caminhada, que não é nada fácil.

Em outras palavras, os grupos de apoio têm de tudo para beneficiar a pessoa com dependência química e os seus familiares. Por isso, **vale a pena procurar por esses lugares na sua cidade ou por encontros online com organizações e profissionais responsáveis e confiáveis.**





Incentive o tratamento

O estímulo ao tratamento também deve partir da família. No entanto, é necessário saber que a escolha, na verdade, é do paciente. Por esse motivo, **a pessoa com dependência química que deve ser a protagonista de sua própria recuperação**, e esse processo parte também do momento de decidir procurar ajuda.

O papel da família nesse processo é mostrar que sempre existe outra opção para se cuidar e se livrar da dependência. Apresentar os grupos de apoio e as informações sobre as reuniões, como datas, endereços e horários, é uma excelente iniciativa.

Além disso, é possível convidar o paciente a procurar um médico especialista ou uma clínica de qualidade para ter um tempo a mais para se cuidar. Esse é o momento para mostrar que com o apoio de quem realmente entende de saúde física e mental o processo pode se tornar mais fácil.

O importante mesmo é compreender que o incentivo ao tratamento não é um julgamento, mas um ato de cuidado com a outra pessoa, que precisa estar claro. Ter uma comunicação aberta e transparente sobre o assunto e saber utilizar uma linguagem acolhedora ajuda a abrir a mente do indivíduo com dependência a procurar ajuda.





Organize uma rotina para auxiliar

Seja antes, durante ou depois do processo de desintoxicação da droga, abstinência e início da recuperação, **o paciente precisa de uma atenção redobrada**. Nessa fase, o corpo pode sofrer algumas reações adversas e o indivíduo tende a passar mal, com enjoos, vômito, alucinações, sudorese e demais sintomas, assim que o organismo detecta a falta de disponibilidade da droga que está acostumado a usar.

Ao compreender esse contexto, é importante também se organizar no dia a dia para oferecer o suporte que está ao seu alcance. Revezar com pessoas da família para acompanhar o indivíduo na rotina, nas consultas aos médicos, nos exames e em demais espaços é uma excelente maneira.

Nesse momento, defina os horários que você tem livre para se dedicar aos cuidados com o familiar que precisa da sua presença nesse momento. Em seguida, comunique a sua disponibilidade para auxiliar e mostre o espaço que a pessoa tem na sua rotina.

Afinal, a rotina é um mecanismo de introjetar ordem em um organismo desordenado. Esse é o único momento da recuperação em que o movimento é de fora para dentro, pois todos os outros cuidados são de dentro para fora.



Procure um hospital de qualidade

É importante abrir a mente também para a hospitalização do indivíduo com dependência química. Por ser um processo desafiador, estar próximo a profissionais de saúde, em período integral, ajuda a passar pela desintoxicação e recuperação com mais facilidade.

É por essa razão que **a escolha do local onde realizar o tratamento faz toda a diferença**, tanto para consultas quanto para a busca por tratamento. Com o apoio de uma instituição responsável e comprometida com a recuperação do indivíduo, é possível ver quem você ama se tratar com muito mais receptividade e suporte.

Um hospital de qualidade também vai ter uma gestão que prioriza o bem-estar do paciente. Sendo assim, trata-se de um bom lugar para confiar no tratamento inicial da dependência química de um familiar.



Diferenciais do Hospital
Santa Mônica



Ter o apoio de uma instituição especializada faz toda a diferença no tratamento de um familiar com dependência química. **O Hospital Santa Mônica tem mais de 55 anos de história** na prestação de serviços na área da saúde, inclusive, no tratamento de transtornos mentais.

O Hospital Santa Mônica atende pacientes a partir dos 8 anos para tratamento para transtornos mentais e dependência química. Nas instalações, conta com **enfermeiros, farmacêuticos e médicos clínicos 24 horas por dia**. Além disso, tem equipes de cuidados multiprofissionais compostas por:

- psiquiatras especializados em dependência química;
- clínicos;
- fisioterapeutas;
- nutrólogo;
- farmacêuticos;
- psiquiatras especializados em transtornos mentais infantojuvenis;
- infectologista;
- nutricionistas;
- neuropediatra;
- psicólogos;
- enfermeiros;
- músico;
- psiquiatras especializados em gerontopsiquiatria;
- assistentes sociais;
- educador físico.

O Hospital Santa Mônica também apresenta terapias alternativas para auxiliar no tratamento de pessoas com **dependência química e transtornos mentais**, como:

- terapia assistida por cães;
- terapia holística;
- arteterapia.



Outro diferencial do Hospital Santa Mônica no tratamento para dependência química são as aplicações de procedimento de eletroconvulsoterapia (ECT) e de injeção sustenna. Todos os processos são assistidos por:

- Comissões de Avaliação do Prontuário Eletrônico;
- Comissão de Ética;
- Comissão de Controle de Infecção Hospitalar (CCIH);
- Equipe Multiprofissional de Terapia Nutricional (EMTN).

Não foi por acaso que o Hospital Santa Mônica se tornou o 1º Hospital Psiquiátrico Privado de São Paulo certificado pela Organização Nacional de Acreditação (ONA) em 2018.



Tipos de internações

O Hospital Santa Mônica vê as internações como meios de resgatar o indivíduo em situações de crises, em que não tem mais controle de como agir e de se autogerir. Desse modo, oferece um **espaço seguro para a recuperação** e desenvolvimento de autogestão, autorregulação e autocontrole.

No Hospital Santa Mônica, é possível passar por diferentes tipos de internação: voluntária, involuntária e compulsória. Conheça mais sobre cada uma delas!



Internação voluntária com consentimento do paciente

Em muitos momentos, quando o indivíduo tem ciência de sua situação e da doença que está lidando, pode aceitar ou até mesmo procurar a internação por conta própria. Nesse caso, o apoio da família em participar do seu tratamento pode fortalecer o processo de sua recuperação.

Durante a internação voluntária, o paciente vai receber acompanhamento da equipe multidisciplinar para a reabilitação social, pessoal e profissional. Com isso, aos poucos, vai se sentir mais capaz de resgatar o controle de suas escolhas, melhorar o convívio com as pessoas e buscar o autocuidado.



Internação involuntária sem a vontade do paciente

É importante saber que o familiar pode solicitar a internação involuntária do paciente, com o **amparo da [Lei n.º 10.216/01](#)**. Esse pedido precisa ser feito e aceito por um médico psiquiatra e a instituição de saúde tem até 72 horas para informar ao Ministério Público sobre a internação.

Esse tipo de internação é indicada para pacientes que apresentam estados graves de adoecimento mental e raramente têm momentos de lucidez e autocontrole. No entanto, é fundamental seguir a legislação, com o apoio médico, para não invadir a liberdade do indivíduo nem reproduzir a prática de cárcere privado.

Internação compulsória com ordem judicial

O artigo 9º da Lei n.º 10.216/01 dá autorização à internação compulsória, mesmo sem o pedido ou consentimento de um familiar, quando essa solicitação é **determinada por um juiz competente**.

A solicitação é avaliada após a apresentação de um atestado médico de que o indivíduo não tem mais o controle de sua condição física ou psicológica. A aprovação só é realizada após um pedido formal.





Conclusão

Em geral, não é uma missão fácil encontrar algumas estratégias para auxiliar o indivíduo com dependência química na recuperação do bem-estar e nos cuidados com a saúde mental. No entanto, com empenho e assistência de profissionais especializados, é possível adotar uma postura que favoreça a situação e **estimule o familiar a colaborar com a própria reabilitação.**

Nesse momento, é importante **priorizar o autocuidado.** Assim, é possível se manter bem para ter recursos, saúde mental e disposição para oferecer suporte ao familiar. Portanto, é fundamental contar com redes de apoio, profissionais e instituições especializadas no tratamento de pessoas com dependência química e familiares.





O Hospital Santa Mônica oferece um tratamento especializado na área de saúde mental. Além de garantir suporte para pessoas que não estão conseguindo retomar as atividades após o isolamento social, ele também trata de pacientes com problemas psiquiátricos.

Com uma área de 83 mil m², sendo 50 mil m² só de mata nativa preservada, o hospital proporciona cuidados específicos direcionados às particularidades de cada paciente. A instituição possui unidades para internação, dependência química e cuidados agudos em saúde mental.

Com uma história de mais de 55 anos em atividade e prestação de serviços na área da saúde, o hospital atende planos de saúde e clientes particulares.

Todo paciente em tratamento no Hospital Santa Mônica, além do auxílio de um médico psiquiatra especialista, tem acesso ao atendimento de um médico clínico, à farmácia e a um apoio de 24 horas. Primeiro hospital psiquiátrico privado certificado pela Organização Nacional de Acreditação em 2018. Atualmente com nível III de Acreditação, excelência em gestão que atesta os padrões de qualidade e segurança na assistência ao paciente.

Diretor Clínico -

Responsável Técnico

Dr. Carlos Eduardo Zacharias
CRM SP 53952/ RQE 28648

Psicólogo do Hospital Santa Mônica

Antonio Chaves Filho
CRP 06/14603

Hospital Santa Mônica

Est. Santa Mônica, 864
CEP 06863-210

<https://hospitalsantamonica.com.br/>
contato@hospitalsantamonica.com.br

PABX (11) 4668-7455

 (11) 98657-4262

