



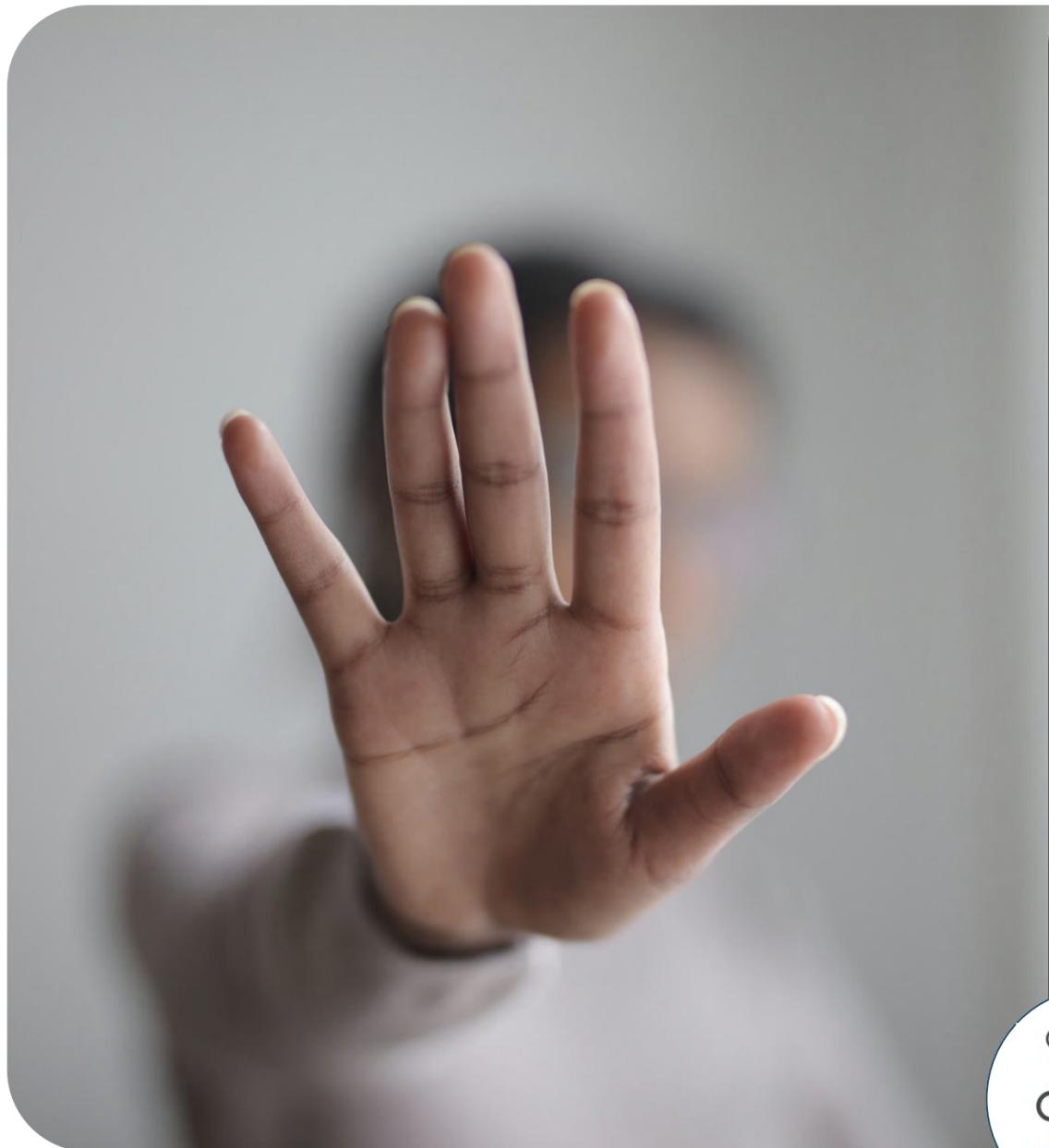
# **EL PROCESO DE INGRESO EN UN CENTRO TERAPÉUTICO DE ADICCIONES PASO A PASO**



# ÍNDICE GENERAL

- INTRODUCCIÓN
- EL PROCESO PARA INGRESAR
- LA PRIMERA LLAMADA
- EVALUACIÓN INICIAL
- PLAN DE TRATAMIENTO
- PREPARATIVOS PARA EL INGRESO
- LLEGADA AL CENTRO TERAPÉUTICO
- PREVENCIÓN DE RECAÍDAS
- PIENSA EN TI





Estás atrapado en un ciclo que parece no tener fin... Cada día es una lucha constante, una batalla interna que te consume poco a poco, mientras te ves perdiendo lo que más valoras: **Tu salud, tus relaciones y tu paz mental.** La adicción, aunque al principio puede parecer algo que puedas controlar, se convierte rápidamente en una carga insoportable...

Llamar a un centro, dar ese pequeño pero necesario paso hacia la ayuda. Imagina cómo esa decisión, aunque aterradora y llena de incertidumbre ¿Cuál es el proceso? Te lo enseñamos.



## EL PROCESO PARA INGRESAR EN UN CENTRO

A continuación, y desde Esvidas, te explicamos el proceso detallado, paso a paso, para que puedas entender lo que te espera y, lo más importante, sentirte acompañado en cada fase de este importante viaje.



**PONERSE EN CONTACTO CON EVIDAS**

**EVALUACIÓN INICIAL DE TU SITUACIÓN**

**PLAN DE TRATAMIENTO PERSONALIZADO**

**PREPARATIVOS PARA EL INGRESO**

**LLEGADA AL CENTRO TERAPÉUTICO**

**DESINTOXICACIÓN MÉDICA Y TERAPIAS**



1

## LA PRIMERA LLAMADA: BUSCANDO AYUDA

**El primer paso es, sin duda, el más difícil.** La decisión de llamar a un centro terapéutico te aterra, pero también es el comienzo de un cambio positivo.

Al hacer esta llamada, estás buscando ayuda y abriendo la puerta a una nueva oportunidad de vida. Las emociones en este momento suelen ser intensas: Miedo, vergüenza, ansiedad y esperanza.

2

## EVALUACIÓN INICIAL: DETERMINANDO EL NIVEL DE ATENCIÓN NECESARIO

El objetivo es entender tu historia para que puedas recibir el tipo de ayuda más adecuado.

**LA GRAVEDAD DE LA ADICCIÓN**

**TU SALUD FÍSICA Y MENTAL**

**CUALQUIER OTRO FACTOR QUE PUEDA INFLUIR  
EN TU RECUPERACIÓN**



# PLAN DE TRATAMIENTO PERSONALIZADO

Una vez completada la evaluación, el siguiente paso es crear un plan de tratamiento personalizado para ti, teniendo en cuenta tu historia de adicción, tu salud física y emocional, y cualquier otro factor que pueda influir en tu recuperación. El plan incluirá diversas fases, como:

1

**LA FASE DE  
DESINTOXICACIÓN  
MÉDICA**



2

**LA TERAPIA  
INDIVIDUAL Y  
GRUPAL**



3

**PROGRAMAS DE APOYO  
A NIVEL EMOCIONAL Y  
PSICOLÓGICO**





## PREPARATIVOS PARA EL INGRESO

Antes de que llegues al centro terapéutico, habrá algunos preparativos logísticos y emocionales que tienes que conocer. Esto incluye:

- **La recopilación de documentación**
- **La organización del viaje**
- **La preparación para lo que te espera**

También es importante que te prepares emocionalmente para el tratamiento.



# LLEGADA AL CENTRO TERAPÉUTICO

El día de tu llegada al centro estará lleno de emociones encontradas: Ansiedad, miedo, incertidumbre... No es raro sentirse nervioso o incluso agobiarte, pero todo el personal del centro está allí para acompañarte.

1

## MOMENTO CLAVE

Tu llegada será un momento clave, el comienzo de una nueva etapa.

2

## ENTORNO

Estará diseñado para ofrecerte apoyo, comodidad y seguridad.

3

## OBJETIVO

Que te adaptes lo más rápido posible al entorno y que empieces a sentirte cómodo



## EDUCACIÓN Y PREVENCIÓN DE RECAÍDAS

Una vez que avances en el tratamiento, **recibirás educación sobre la adicción y las recaídas**. Te enseñaremos a identificar los factores de riesgo y los desencadenantes de recaídas, para que puedas enfrentarlos en el futuro.

Desde la primera llamada hasta la reintegración en la vida cotidiana, cada paso está diseñado para darte el apoyo que necesitas para superar la adicción y recuperar tu bienestar.



## LA HISTORIA DE GREGORIO ZARCO

### ASESOR TERAPÉUTICO DE EVIDAS

*Algo dentro de mí sabía que necesitaba un cambio, algo más allá de lo que podía hacer por mí mismo. El 14 de febrero de 2022, mi familia y yo tomamos una decisión que marcaría el inicio de una nueva vida para mí: Ingresé en un centro terapéutico. Fue aterrador. Decidir alejarme de todo lo que conocía, de mi entorno, de las personas y lugares que me habían acompañado durante todo mi proceso, fue una de las decisiones más difíciles de mi vida. Pero también sabía que era mi última oportunidad.*

*Yo pasé por lo que muchos sienten en este momento, y quiero que sepas que sí, es posible salir de esa oscuridad. La ayuda está ahí afuera, en los centros terapéuticos, en los profesionales que quieren verte bien, y en las personas que ya han recorrido ese camino y ahora están dispuestas a ayudarte...*



**PIENSA EN TI**  
**SÉ PACIENTE CONTIGO**  
**MISMO**



Recuerda: **siempre hay esperanza**. Si nuestros pacientes pueden hacerlo, tú también puedes. No estás solo. Hay una vida más allá de la adicción, y ese camino hacia la recuperación empieza con un solo paso, el mismo paso que yo di, cuando decidí pedir ayuda.

**TU PRÓXIMO CAPÍTULO ESTÁ A UN PASO DE DISTANCIA. ¡ANÍMATE A DARLO Y COMIENZA A VIVIR LA VIDA QUE MERECE!**



# ***PARA TI***

*No importa cuán largo sea el camino, cada paso cuenta.  
Haz de hoy el comienzo de tu nueva vida.*





Centros para el tratamiento de adicciones



**911 091 900**



**633 123 073**



**info@esvidas.es**

**WWW.ESVIDAS.ES**