

# Qué hacer y qué no hacer para ayudar a seres queridos adictos

## Abordar el problema

Sepa que ignorar el problema no lo hará desaparecer.



## No los haga menos

Evite culparlos por su adicción o hacerlos menos por usar drogas o alcohol.

## Investigar los tratamientos

Cuanto mejor informado esté, más preparado estará para cuando ellos estén listos para mejorar.



## No ignore el problema

Nadie se imagina que la adicción será algo que le ocurra a alguien a quien conoce, pero ignorar el problema no lo hará desaparecer.

## Ponga límites

Poner límites no siempre es fácil, pero le ayudarán a marcar líneas saludables.



## No los obligue a dejar de consumir

Cuando se trata de una adicción, la mano dura raras veces funciona. Ellos tienen que tomar la decisión de dejar de consumir.

## Practique el autocuidado

Cuando un ser querido está luchando contra las drogas o el alcohol, lo último en lo que usted piensa es en su propio bienestar.



## No se rinda

Recuerde, luchar contra la adicción es difícil pero no imposible y tener un sistema de apoyo sólido puede marcar la diferencia.

## CONECTE CON RECURSOS

Hay disponibles recursos y asistencia de Mauser Packaging Solutions para todos los empleados y miembros de su hogar a través de nuestros programas de beneficios.\*

EE.UU.: THE HARTFORD: Enhanced Ability Assist® - Programa de Asistencia a Empleados (EAP)  
Llame gratis al 1-800-327-1850 o visite [www.guidanceresources.com](http://www.guidanceresources.com).

Canadá: Manulife – Homewood Health/Santé: Resilience® Programa de Asistencia a Empleados y Familias (EFAP)  
Llame gratis al 1-866-644-0326 o visite [www.manulife.ca](http://www.manulife.ca).

\*Recursos y asistencia disponibles independientemente de la inscripción en los beneficios de atención médica.