

VOY A RECUPERARME

Mi recuperación, mi camino



Resumen del tema:

Según la Encuesta Nacional sobre el Uso de Sustancias y la Salud de 2023 (NSDUH, por sus siglas en inglés), **casi la mitad (49.6%) o 16.0 millones de jóvenes adultos entre 18 y 25 años reportaron tener una condición de salud mental o de consumo de sustancias en el último año.**¹

En respuesta a esta información, la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés) desarrolló una campaña nacional, **Voy a Recuperarme**, que les ofrece a los jóvenes adultos recursos para ayudarlos a enfrentar de forma conjunta los retos relacionados con el consumo de sustancias y con la salud mental.

Audiencias principales de la campaña:

La campaña está dirigida principalmente a los jóvenes adultos, entre 18 y 25 años, que actualmente están y quieren seguir estando en recuperación. La campaña también llegará a los jóvenes adultos que quisieran estar en recuperación y están en proceso de obtener ayuda para enfrentar los retos relacionados con el consumo de drogas o alcohol y con la salud mental.

SAMHSA reconoce que las condiciones de consumo de sustancias y de salud mental pueden afectar a los jóvenes adultos de maneras únicas y que son impactadas por las experiencias personales, los antecedentes y la ubicación geográfica. Esta campaña tomará en cuenta estas influencias para que el apoyo sea relevante para todos los jóvenes adultos.

Objetivo de la campaña:

Aumentar la cantidad de jóvenes adultos que dan pasos hacia una recuperación a largo plazo.

Enfoque de la campaña:

La campaña Voy a Recuperarme les ofrece a los jóvenes adultos recursos prácticos que los empoderan y apoyan durante su propio y único camino con los retos relacionados con el consumo de sustancias y con la salud mental. A través de estos recursos, la campaña Voy a Recuperarme se propone a:

- Animar a los jóvenes adultos a buscar ayuda y destacar que la recuperación no sólo es posible para cada persona, sino que es esencial para vivir una vida que se sienta auténtica a ellos.
- Educar a los jóvenes adultos sobre la relación interconectada entre el consumo de sustancias y la salud mental en su proceso de recuperación.
- Ayudar a los jóvenes adultos a entender que la recuperación es un proceso, un camino, y normalizar los retos relacionados con la recuperación a través de apoyo comunitario.

¹Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). (2023). 2023 National Survey on Drug Use and Health.