



Aumenta el consumo de drogas entre las personas de la tercera edad

La generación de los baby boomers (personas nacidas entre 1946 y 1964) experimentó tasas más altas de consumo de drogas que las generaciones anteriores y posteriores, y ahora que los baby boomers están envejeciendo hasta jubilarse, la tasa de consumo de drogas entre las personas mayores está aumentando rápidamente.

El abuso de alcohol y drogas repercute adversamente en aproximadamente el 20% de los estadounidenses mayores y más del 25% de los adultos mayores toman medicamentos recetados que tienen un alto potencial para causar adicción. Este aumento en el consumo de drogas por parte de padres que envejecen está ocasionando problemas a los empleados que tienen que faltar al trabajo para cuidarlos.

Los adultos mayores son más propensos a sufrir problemas de salud crónicos y a menudo toman medicamentos recetados por periodos de tiempo más largos que los adultos más jóvenes, lo que puede resultar en un mayor riesgo de mal uso y abuso de medicamentos que conducen a la adicción. La combinación de medicamentos recetados con alcohol empeora el problema y expone a los adultos mayores a un mayor riesgo para la salud.

Tener que lidiar con un padre alcohólico o drogadicto puede ser un problema estresante y que consume mucho tiempo de un empleado, y el problema de cuidar de un padre anciano que es adicto es más común de lo que la mayoría de la gente cree.

Por lo tanto, es importante que los hijos adultos de padres ancianos sean conscientes del peligro de que surja una adicción

en la vejez y que conozcan las señales de advertencia.

Adicción a las drogas entre los ancianos—señales de advertencia

Hay algunos indicadores del potencial de adicción que hay que tener en cuenta en los padres ancianos. Estar solo o aislado debido a la muerte de un cónyuge puede llevar al abuso de sustancias. El hecho de que hijos adultos que han estado viviendo en la casa se muden repentinamente dejando a la persona sola puede llevar al consumo excesivo de alcohol o drogas. Operaciones de cirugía importantes que requieren el uso de analgésicos de riesgo, como los narcóticos, también pueden ser una señal de alerta.

Hay algunas otras señales de advertencia que hay que tener en cuenta:

- Negligencia en el pago de las facturas
- Tomar alcohol en exceso antes, durante o después de las comidas y en las reuniones de las vacaciones
- Participación irresponsable en juegos de azar
- Pérdida de interés en los pasatiempos
- No cuidarse y tener una higiene deficiente
- Pérdida de memoria
- Dejar de participar en actividades recreativas
- Cambios de comportamiento como mostrarse hostil o deprimido
- Confundirse o desorientarse fácilmente

Una de las razones por las que los adultos mayores están bajo riesgo de desarrollar una adicción a sus medicamentos es por el aumento de la sensibilidad a los medicamentos y la lentitud del metabolismo y de la eliminación. A medida que las personas envejecen,

se hace más difícil que el alcohol y los medicamentos sean eliminados del cuerpo. Los ciudadanos de la tercera edad también experimentan a menudo niveles más altos de dolor, problemas de sueño y ansiedad, y muchos dependen de los medicamentos recetados para funcionar. Con demasiada frecuencia, los adultos mayores intentan automedicarse con alcohol y remedios de venta libre que pueden causar reacciones adversas en combinación con los medicamentos recetados.

De acuerdo con la Administración de Servicios de Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA), más de 1 millón de personas de 65 años o mayores sufrieron un trastorno por consumo de sustancias el año pasado, entre ellas 978.000 adultos mayores con un trastorno por consumo de alcohol y 161.000 con un trastorno por consumo de drogas ilícitas. Se prevé que el consumo de drogas ilegales (consumo de drogas callejeras ilícitas y abuso de medicamentos recetados) entre adultos de 50 años de edad o mayores aumentará del 2,2 al 3,1 por ciento para el año 2020.

Aunque el abuso de alcohol y drogas es dañino a cualquier edad, nunca es más dañino que en los ancianos. La repercusión de las lesiones relacionadas con el alcohol y las drogas es mucho más grave, el riesgo de interacciones perjudiciales con los medicamentos es mucho mayor y los efectos físicos generales del alcohol y las drogas son más debilitantes.

Es una situación triste cuando los ciudadanos de la tercera edad que deberían ser objeto de honores en su vejez tienen que sufrir las consecuencias negativas del consumo de sustancias, como dolencias de salud física y mental, problemas sociales y familiares, comparecencia en el sistema de justicia penal y muerte por sobredosis de drogas.

El cuidado de los padres ancianos

Los problemas de alcohol y drogas, particularmente el abuso de medicamentos

recetados entre los adultos mayores es uno de los problemas de salud de más rápido crecimiento que enfrenta el país y cada vez más empleados están teniendo que lidiar con los problemas causados por padres ancianos que se han vuelto adictos.

Para aquellos que están lidiando con dolencias como la adicción y otros problemas de salud de los padres y otros miembros de la familia, la Ley Federal de Licencia Familiar y Médica (FMLA, por sus siglas en inglés) ofrece 12 semanas de licencia sin goce de sueldo. Pero para poder acceder a ella, hay que haber trabajado por lo menos un año para un empleador que tenga 50 o más empleados. Actualmente, no hay ninguna ley federal aparte de la FMLA que requiera que los empleadores ofrezcan consideración a los empleados con responsabilidades familiares.

Sin embargo, la mayoría de los empleadores, cuando se enteran de que un trabajador está lidiando con problemas de salud de un miembro de la familia, procuran ayudar al empleado si es posible. Muchas empresas ofrecen flexibilidad a sus trabajadores para ayudar a aliviar la carga tanto para la empresa como para el empleado.

Si usted tiene un padre o un ser querido que está envejeciendo y sufre de adicción u otros problemas de salud crónicos, comience por tener una conversación directa y abierta con su supervisor sobre el tema. Pregunte si su horario puede modificarse para permitir citas de tratamiento o si hay opciones de teletrabajo disponibles 1 o 2 días a la semana. También podría haber otras opciones razonables de licencia, como tomar días de enfermedad para cuidar a un familiar, lo cual un beneficio básico ofrecido por la mayoría de las compañías.

Además, asegúrese de obtener ayuda para usted mismo, ya que cuidar de una persona adicta puede ser estresante y agotador. Organizaciones como ReACT (Respect a Caregiver's Time), <https://respectcaregivers.org/>, ofrecen sesiones mensuales de apoyo que se centran en las necesidades emocionales de los cuidadores.