

Contáctanos

- ✉ apoyomutuo@assmca.pr.gov
- ☎ 787-763-7575 Ext. 3245,3242,3240
- 📍 Centro de Apoyo Mutuo San Juan
Centro de Recuperación calle
Canada 1324, San Juan
- 📍 Centro de Apoyo Mutuo Vega Alta
CDT Vega Alta carretera #2 km 31.8
- 🕒 lunes a viernes de 8:00 a.m. - 3:00 p.m.

Línea PAS

Primera Línea de Ayuda Psicosocial

Está disponible las 24 horas del día , los 365 días del año

- ☎ 1-800-981-0023 / 988
- 🗣 Lenguaje de señas 787-615-4112
- 💬 Chat: <https://lineapas.assmca.pr.gov/>



Carr. No. 2 Km 8.2 Bo. Juan Sánchez, Bayamón, PR, 00960 PO Box
607087, Bayamón, PR. 00960-7087

www.assmca.pr.gov



ASSMCA

GOBIERNO DE PUERTO RICO

LA FAMILIA

acompaña, protege y se cuida



La recuperación y la familia

La recuperación de Trastorno por Uso de Sustancias o Trastornos de Salud Mental es un proceso integral que impacta tanto a la persona que recibe servicios como a su entorno familiar. Las familias suelen desempeñar un rol importante en la provisión de apoyo emocional, estructura y estabilidad, lo que puede influir positivamente en el proceso de recuperación.

Sin embargo, este rol también conlleva retos. El desconocimiento, el desgaste emocional y la falta de límites claros pueden afectar tanto a la persona en recuperación como a la familia. Por ello, el acompañamiento familiar efectivo requiere información, conciencia y apoyo continuo.

Comprender que la recuperación es individual, progresiva y que no es un proceso lineal permite a la familia acompañar de forma más realista, empática y sostenible.

Para sostener la recuperación, es fundamental que la familia cuente con recursos y apoyo adecuados, entre ellos:



Contar con apoyo profesional

Profesionales especializados que ayuden a la familia a manejar situaciones complejas de forma informada y acompañada.



Fomentar el autocuidado familiar

Reconociendo límites, atendiendo el bienestar emocional y creando espacios de descanso y apoyo mutuo.



Participar en espacios de educación

Dirigidos a familiares, para comprender mejor el proceso de recuperación y su rol de apoyo.



Integrarse, de forma voluntaria, a grupos de apoyo

Dirigidos a familiares, donde puedan compartir experiencias y recibir apoyo mutuo que fortalezcan el acompañamiento.

El acompañamiento familiar en la recuperación

El acompañamiento de la familia en los procesos de recuperación de Trastorno por uso de Sustancias y/o Salud Mental requiere un balance entre apoyo emocional, establecimiento de límites saludables y autocuidado familiar. Este diagrama ilustra cómo estos elementos, aunque distintos, se complementan y se intersectan para promover un acompañamiento efectivo, sostenible y respetuoso del proceso individual de recuperación.

