

La Meditación como herramienta terapéutica en el tratamiento de adicciones

Asociación Programa Andrés

XXII SEMINARIO IBEROAMERICANO SOBRE DROGAS Y COOPERACIÓN – RIOD



www.riod.org



www.programaandres.org.ar

Antecedentes y objetivos



Carlos Novelli

1954 - 1993



Primera Organización No Gubernamental de Sudamérica dedicada a la prevención y el tratamiento de adicciones, en 1973, por Carlos Novelli.

Es privada, laica, apolítica y sin fines de lucro.

Es el primer centro argentino de atención de adicciones tanto ambulatorias como residenciales bajo la modalidad de Comunidad Terapéutica.

Miembro fundador de la Federación de Comunidades terapéuticas de Argentina. **(F.O.N.G.A)**

Dirigida y coordinada por médicos, abogados, psicólogos, psiquiatras, operadores socio-terapéuticos y trabajadores sociales.

Actividades



- Talleres mensuales de capacitación y actualización.
- Entrega de certificados de cursos realizados.
- Meditaciones diarias autodirigidas.
- Controles semanales con instructores.
- Visitas y becas para centros de meditación avanzada.

Impacto/Resultados

- Baja los niveles de estrés y de violencia intra e inter individual
- Reduce sensiblemente la cantidad de abandonos.
- Acelera los procesos neurológicos de abstinencia.
- Otorga una herramienta de autoconocimiento y de reflexión.
- Reciben un certificado por el curso realizado y nivel obtenido.



Elementos innovadores

1. Actividad gratuita, voluntaria y de fácil replicación.
2. Se puede practicar fácilmente fuera del ámbito de la CC.TT.
3. Provee una actividad social además del efecto terapéutico.
4. Se trabaja en red con los centros y escuelas de meditación que aportan los instructores.
5. Acelera los procesos de abstinencia y de recuperación neuronal.
6. Suaviza los efectos emocionales del consumo y de la internación.
7. Reduce los tiempos de necesidad de medicación psiquiátrica.
8. Mejora el sueño y la alimentación.
9. Favorece los procesos de reflexión e insight terapéutico.
10. Mejora las relaciones interpersonales en la comunidad.
11. Crea un mejor ambiente de convivencia y colaboración.

Claves de éxito y aprendizajes

- Es muy bien recibido por los residentes y sus familias.
- Refieren rápidos cambios actitudinales.
- Proponen continuarlo en su tiempo libre fuera de la CC.TT.

