



PREVENCIÓN



POR QUÉ LOS ADOLESCENTES CONSUMEN

ACEPTACIÓN

Los adolescentes sienten la necesidad de pertenecer a un grupo de amigos, de ser populares o de estar "donde está la acción".

CURIOSIDAD

Los jóvenes escuchan hablar de "estar drogado" y quieren saber qué se siente.

FÁCIL ACCESO

Si las pastillas, el alcohol y otras drogas son fáciles de conseguir, es más probable que experimenten.

MODELOS

Cuando los jóvenes ven a los adultos consumir alcohol, drogas o tabaco, tienen más ganas de probar.

AUTOMEDICACIÓN

Usan medicamentos para lidiar con las presiones de los problemas o como antídoto para abordar conflictos.

BÚSQUEDA DE INDEPENDENCIA

Algunos adolescentes creen que consumir es una forma de autoexpresión y, de algún modo, de probar su individualidad.

DROGAS AMPLIAMENTE UTILIZADAS

TABACO ALCOHOL ANALGÉSICOS RECETADOS MARIHUANA

Las siguientes organizaciones ofrecen información y recursos que pueden ayudar a usted y a su familia.

Oficina de Servicios y Apoyo para las Adicciones

oasas.ny.gov | 518-473-3460

CombatAddiction.ny.gov

www.Talk2Prevent.ny.gov

The Partnership at Drugfree.org

drugfree.org | 855-378-4373

American Council for Drug Education

acde.org | 800-378-4435

Families Against Drugs

familiesagainstdrugs.net

Al-Anon and Alateen

al-anon.org | 757-563-1600

Faces and Voices of Recovery

facesandvoicesofrecovery.org

202-737-0690

Centro para el Tratamiento del Abuso de Sustancias de SAMHSA

samhsa.gov/about/csat.aspx

240-276-1660

Servicios de Salud Mental y de Abuso de Sustancias

www.samhsa.gov | 877-SAMHSA-7

Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas

www.nida.nih.gov/nidahome.html

800-662-HELP

Consejo Nacional sobre Alcoholismo y Drogadicción

www.ncadd.org | 800-NCACALL

PARA OBTENER AYUDA E INFORMACIÓN
OASAS.NY.GOV

LLAME AL: 1-877-8-HOPENY (1-877-846-7369)

ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO A:

HOPENY AL 467369



Oficina de Servicios y Apoyo para las Adicciones

USTED PUEDE MARCAR LA DIFERENCIA

Una guía sobre el consumo de sustancias en adolescentes/ jóvenes adultos



PREVENCIÓN: EXPERIMENTAR



Oficina de Servicios y Apoyo para las Adicciones



ACTÚE

Cuando sospecha que un joven puede estar consumiendo alcohol o drogas, es importante actuar.

PREPÁRESE

Trabaje con lo que sucedió, en lugar de por qué sucedió. No culpe a terceros, ni a usted ni a la persona. No se sorprenda ni se ponga moralista porque hay muchas formas innovadoras de ocultar el consumo. No tenga miedo ni dudas de investigar más buscando en sus pertenencias, teléfono celular o computadora. Hable con sus amigos o hágales preguntas incisivas.

ENFRÉNTESE AL PROBLEMA

No deje que el enojo ni el miedo superen su eficacia para tratar con la persona que cree que está abusando de alguna sustancia. Cállese o vaya a caminar antes de comenzar a conversar.

CONVERSE

Meter la cabeza bajo la tierra es contraproducente. Acepte que la persona que quiere puede estar consumiendo así puede comenzar a conversar.

ESTABLEZCA REGLAS

Tome una posición. Diga "NO" clara y firmemente. Cumpla las consecuencias.

PIDA AYUDA

¡Hay muchos recursos confidenciales disponibles para cuidadores y mentores si usted los solicita!



SEÑALES FÍSICAS

- Pérdida o aumento del apetito; descenso o aumento injustificado de peso
- Insomnio o pereza inusual
- Olor a sustancias en el aliento o la ropa
- Náuseas, vómitos, transpiración, temblor en las manos, los pies o la cabeza
- Ojos rojos y llorosos; pupilas más grandes o más pequeñas que lo habitual; mirada perdida, lengua seca, dificultad para hablar

SEÑALES Y SÍNTOMAS

Cualquiera de los siguientes comportamientos puede ser síntoma de una adolescencia normal. Sin embargo, tenga en cuenta que la clave es el cambio. Es importante observar cualquier cambio significativo en el aspecto físico, la personalidad, la actitud y el comportamiento de la persona.

SEÑALES EN EL COMPORTAMIENTO

- Cambio de actitud/personalidad
- Cambio de amigos y nuevos lugares de reunión
- Cambio de actividades, pasatiempos o deportes
- Notas más bajas o menor rendimiento laboral
- Aislamiento y comportamiento reservado
- Mal humor, irritabilidad, nerviosismo y aturdimiento

Pida ayuda a profesionales de la salud en las escuelas o a un profesional médico especialista en adicciones, a un consejero de salud mental o de abuso de sustancias.

HECHOS

No hay mayor influencia sobre las decisiones de un joven sobre el consumo de alcohol o drogas que el sistema de apoyo a su alrededor, incluidos los padres, los maestros y los mentores. Para lograr que los niños no consuman drogas, las personas responsables deben dar apoyo activamente y dar el ejemplo en forma positiva.

Los tutores o los modelos a seguir, como entrenadores, son fundamentales para prevenir el consumo de alcohol y drogas en menores de edad. Al establecer límites, usted puede tomar una posición clara contra el consumo de alcohol y drogas.

Una investigación actual sobre el cerebro muestra que el cerebro no está totalmente desarrollado hasta los 25 años. Agregar químicos a un cerebro en desarrollo es muy riesgoso y puede causar problemas de salud y provocar mayor riesgo de adicciones e incluso la muerte.