

Realidades

No existe una influencia más grande en las decisiones de una persona joven sobre el consumo de alcohol o drogas que sus propios padres o tutores. Para mantener con éxito a los chicos libres de drogas, los padres deben proporcionar apoyo activo y un ejemplo positivo.

Los padres son clave en la prevención del consumo de drogas. Sea un padre, no un amigo. Establezca límites que muestren una posición clara contra el consumo de alcohol y otras drogas.

En todo el país, 1 de cada 5 adolescentes ha tomado medicamentos con receta médica sin la receta de un médico, una o más veces en su vida. (*MMWR 8 de junio de 2012*)

Al comparar el 2007 con el 2012, la cantidad de personas que había usado heroína en los últimos 30 días fue más del doble en todo el país (161,000 a 335,000). (*NSDUH 2012*)

Las investigaciones actuales sobre el cerebro muestran que este no se desarrolla completamente sino hasta mediados de los veinte años. Agregar químicos a un cerebro en desarrollo es un asunto muy arriesgado, y es algo que puede causar problemas en la salud y colocar a los hijos en alto riesgo de adicción, incluso la muerte.

El porcentaje de estudiantes de secundaria del Estado de Nueva York que informaron sobre su consumo de heroína fue más del doble cuando se compara el del 2005 y el del 2011 (1.8 % a 4 %). (*Encuesta de comportamiento riesgoso en los jóvenes (Youth Risk Behavior Survey (YRBS))*)

Lo que debe saber

- La mayoría de los adolescentes y jóvenes adultos obtienen de parte de sus amigos y familiares y algunas veces sin su conocimiento, los medicamentos con receta médica de los cuales abusan.
- A pesar de lo que muchos adolescentes piensan, el abuso de medicamentos con receta médica no es más seguro que el uso incorrecto de drogas ilícitas.
- Los medicamentos con receta médica pueden ser adictivos y letales cuando se usan incorrectamente.
- Los analgésicos con receta médica pueden conducir a la adicción y al uso de heroína.
- La combinación de medicamentos con receta médica o los de venta libre y el alcohol pueden causar fallas respiratorias y muerte.
- El uso no médico de medicamentos con receta médica entre los jóvenes de 12 a 17 años y los jóvenes adultos de 18 a 25, durante 2011, fue la segunda categoría de uso más predominante de drogas ilícitas, siendo la marihuana la primera. (*NSDUH 2011*)

¿Por qué los jóvenes consumen?

Aceptación

Para encajar con los amigos, para ser populares o para estar donde está la acción.

Curiosidad

Los jóvenes escuchan acerca de “elevarse” y quieren descubrirlo por sí mismos.

Fácil acceso

Si es fácil obtener las píldoras, si están disponibles dentro de la casa y no están vigiladas, es más probable que las usen de forma inapropiado.

Modelos

Cuando los padres o los hermanos mayores consumen alcohol, drogas y/o tabaco, los jóvenes están más propensos a intentarlo.

Automedicación

Para lidiar con presiones o problemas o como un antídoto para lidiar con las preocupaciones. Los medicamentos están previstos solo para la persona a quien se le recetaron. Nunca comparta medicamentos. Su uso incorrecto puede conducir a la adicción y a la muerte.



Actúe ahora

Si sospecha que su hijo consume heroína o usa analgésicos con receta médica de modo incorrecto, es importante que usted actúe.

Prepárese

Trabaje con lo que pasó en lugar de por qué pasó. No culpe a alguien más, a usted mismo o a su hijo. No se muestre alarmado o sentencioso, porque hay muchas formas innovadoras de esconder el consumo. No se asuste ni dude en investigar las pertenencias de su hijo/a, tales como celulares, computadoras, etc.

Confronte el asunto

No permita que la ira o el temor dominen su efectividad al manejar a su hijo. Cálmese o salga a caminar antes de iniciar la conversación.

Converse

Esconder la cabeza en la tierra es contraproducente. Primero debe aceptar que es posible que su hijo/a podría estar consumiendo antes de empezar la conversación.

Establezca normas

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

Pida ayuda

Hay muchos recursos confidenciales que están disponibles para los padres de familia ¡si los solicita! Pida ayuda a su profesional de la salud en la escuela o busque asistencia de un consejero de salud mental o de abuso de sustancias.

Señales y síntomas

Cualquiera de los siguientes comportamientos puede ser un síntoma de adolescencia normal. Sin embargo, recuerde que el cambio es la clave. Es importante notar cualquier cambio significativo en la apariencia física, personalidad, actitud o comportamiento de su hijo.

Señales físicas

- Pérdida o aumento en el apetito; pérdida o ganancia de peso sin explicación
- Las pupilas pequeñas, la disminución en el ritmo respiratorio y el estado de ausencia de respuesta son señales de intoxicación de opioides.
- Náusea, vómitos, sudoración, temblor de manos, pies o cabeza y pupilas dilatadas son señales de abstinencia de opioides.

Señales en el comportamiento

- Cambio en actitud/personalidad
- Cambio de amigos; nuevos lugares en los que se mantiene
- Evitar tener contacto con la familia
- Cambio en actividades, pasatiempos o deportes
- Disminución en calificaciones o rendimiento en el trabajo
- Aislamiento y comportamiento reservado
- Cambios en ánimo, irritabilidad, nerviosismo, mareos, atolondramiento
- Usar camisas de manga larga o capas de ropa fuera de la estación
- Robar

Señales de advertencia avanzadas

- Desaparición de medicamentos
- Cucharas/tapaderas de botellas quemadas o desaparecidas
- Desaparición de cintas de zapatos/cinturones
- Bolsas pequeñas con residuos de polvo
- Jeringas

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



Find help and hope
 for alcoholism, drug abuse or problem gambling
 Call or Text **1-877-8-HOPENY**
 Text: HOPENY (467369) 1-877-846-7369



**Combat Heroin
and Prescription
Drug Abuse**

**Office of Alcoholism and
Substance Abuse Services**

**Department
of Health**

Combat Heroin – www.combatheroin.ny.gov

New York State Office of Alcoholism and Substance Abuse Services – www.oasas.ny.gov

New York State Department of Health – www.health.ny.gov