

# ¿HAY UN JOVENCITO TRATANDO DE DECIRLE ALGO?



Muchos factores contribuyen a que jóvenes desarrollen abuso de drogas y problemas de salud mental.

Genes heredados de padres biológicos y el ambiente donde viven, trabajan y aprenden puede afectar el desarrollo de abuso de drogas y desordenes de salud mental. Cuando una persona, hasta un joven, desarrolla una enfermedad mental y un problema con abuso de sustancias se refiere a este desorden como Co-ocurriendo: Desorden de Enfermedad Mental y Abuso de Sustancias.



La enfermedad mental y el abuso de sustancias pueden afectar aún a los niños de escasa edad. Las investigaciones llevadas a cabo entre adultos que abusan sustancias han constatado que no es raro que se empiece a usar sustancias a los 10 años o antes. Los estudios también revelan que se han identificado en niños pequeños ciertos trastornos mentales como la depresión, la ansiedad, el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDA-H), trastornos alimentarios, y trastornos conductivos.

Los niños y adolescentes con enfermedades mentales muchas veces manifiestan síntomas de trastornos mentales que pueden hacer que se sientan sobresaltados, tristes, enojados, ansiosos, temerosos, aislados, o solos. Para aliviar estos sentimientos, algunos de ellos acuden a sustancias como el alcohol o las drogas. Los que usan sustancias pueden ir muy rápido del uso por experimentar, a usar con regularidad, a abusar, a depender, hasta llegar a la adicción para poder seguir apaciguando sus sentimientos.

### Algunas de las sustancias que los jóvenes usan o abusan con frecuencia son:

- ♦ Tabaco
- ♦ Alcohol
- ♦ Drogas callejeras y festivas como la marihuana (yerba, pasto), cocaína, heroína, GHB (gammahidroxibutirato), éxtasis, metanfetamina y LSD.
- ♦ Fármacos por receta médica como metilfenidato (Ritalín), clorhidrato de quetamina, hidrocodona, OxyContin (oxycodona), Rohypnol, y esteriodes.
- ♦ Fármacos en venta libre contra la tos, contra la gripe, para dormir, laxantes, y para dietas.
- ♦ Inhalantes como diluyentes de pintura, gasolina, acetona, gases refrigerantes, pegamentos, líquidos de corrección, líquido de marcadores de punta de fieltro, encendedores de butano, tanques de propano, aerosoles o propelentes de crema batida, pinturas en aerosol, lacas para el cabello, o desodorantes en aerosol, limpiadores de contactos electrónicos, y protectores de tela en aerosol.

### Breves datos sobre niños y adolescentes con trastornos concurrentes psiquiátricos y de abuso de sustancias

- ♦ Cerca de la mitad de los adolescentes que reciben servicios de salud mental también tienen un trastorno de uso de sustancias.

- ♦ Hasta de 75% a 80% de los adolescentes ingresados para tratamiento por el abuso de sustancias también tienen un trastorno mental.
- ♦ Los adolescentes con problemas emocionales y conductuales tienen cuatro veces mayor probabilidad de usar alcohol o drogas que los otros adolescentes.
- ♦ Las investigaciones demuestran que 90% de las personas que se suicidan tienen depresión u otro trastorno mental o de abuso de sustancia diagnosticable.
- ♦ El trastorno conductual y la depresión son los trastornos que se citan con mayor frecuencia asociados al abuso de sustancias.
- ♦ Dos tercios de los niños y adolescentes con déficit de atención e hiperactividad (TDA-H) tienen, al mismo tiempo, por lo menos otro trastorno.
- ♦ Los trastornos de ansiedad con frecuencia concurren con trastornos depresivos, trastornos alimentarios, o abuso de sustancias.
- ♦ El trastorno de estrés postraumático (TEPT) puede ocurrir a cualquier edad y a cualquiera que haya pasado por un trauma serio. Los que pasan por acontecimientos traumáticos a veces acuden a las drogas o al alcohol para ayudar a sobrellevarlos.

### Cuándo un niño o joven puede necesitar ayuda

A medida que los niños de todas las edades crecen, pueden pasar por una variedad de estados de ánimo, conductas, y cambios de personalidad, y esto es normal. Sin embargo, a veces los niños comienzan a tener problemas de salud mental que se les hace difícil manejar y que resultan en numerosos síntomas que duran más de unas semanas. Sólo un médico o profesional de salud mental puede hacer un reconocimiento y evaluación para determinar si su hijo tiene un problema de salud mental o de abuso de sustancias.

### Cambios de Comportamiento Que Pueden Indicar Que Un Joven Necesita Ayuda

- ♦ De repente bajan sus calificaciones
- ♦ Fuman o beben alcohol
- ♦ Nuevas amistades, en particular los que usan drogas
- ♦ Cambios significativos en la personalidad
- ♦ Piensa y tiene miedo constante por su seguridad personal o la de su familia
- ♦ No quiere ir a la escuela
- ♦ Se queja de dolores de cabeza, estómago y otras enfermedades.

- ♦ Tiene dificultad en el dormir o tiene pesadillas
- ♦ Tiene sentimientos prolongados de tristeza y soledad
- ♦ No se interesa por sus actividades favoritas o está "muy cansado para jugar"
- ♦ Siente enojo y hostilidad hacia los demás y su alrededores
- ♦ Pelea o riñe con los demás
- ♦ Tiene dificultad en sentarse tranquilo o concentrarse
- ♦ Se fuga de la casa
- ♦ Sube o baja de peso en forma considerable
- ♦ Se preocupa o teme que "van a pasar cosas malas"
- ♦ Habla sobre la muerte o el suicidio
- ♦ Regala sus más preciadas pertenencias

### Tratamientos y técnicas eficaces

Más de la mitad de los que buscan ayuda por motivo de trastornos de salud mental o de abuso de sustancias resultan tener problemas con ambos. Buscar tratamiento para el uso de sustancias o problemas de salud mental pueden reducir los riesgos de problemas posteriores, incluso el suicidio. Los tratamientos eficaces para el uso de sustancias y problemas de salud mental incluyen la terapia individual y de grupo, los grupos de apoyo, y los medicamentos. Es también útil trabajar con un equipo de tratamiento que se comuniquen entre ellos.

La clave del tratamiento exitoso de problemas concurrentes de salud mental y uso de sustancias está en tratar a ambos problemas simultáneamente y desarrollar un plan de tratamiento individualizado para el niño mediante las siguientes técnicas:

**El tratamiento integrado** trata los problemas de salud mental y de abuso de sustancias al mismo tiempo. Los proveedores de servicios colaboran para diseñar un plan de tratamiento y coordinar todos los servicios incluyendo asesoría, administración de los servicios al paciente, medicamentos, capacitación en destrezas sociales, e intervención familiar.

**La terapia cognitivo-conductual** estudia cómo la conducta de la persona afecta cómo se siente. Esto se hace enseñando a estos individuos nuevas destrezas y técnicas que les dan mayor control sobre sus sentimientos y reacciones.

**La terapia multisistémica** es un tratamiento intensivo basado en la familia, que usa las fortalezas de la familia para fomentar conductas sociales positivas y cambiar las conductas de abuso de sustancias del niño en la casa, en la escuela, y en público.

## RECURSOS DE SALUD MENTAL

Un consejero escolar, enfermera, profesional de la salud mental, líder religioso

Mental Health America of Texas  
www.mhatexas.org

Texas Suicide Prevention Council  
www.TexasSuicidePrevention.org

Red Nacional para la Prevención de Suicidio en Español  
(National Suicide Prevention Lifeline)  
1-888-628-9454 Español  
1-800-273-TALK (8255) English

La Comisión de Juvenil de Tejas  
512-424-6336  
www.tyc.state.tx.us

Texas Youth Hotline  
1-800-210-2278

Texas Underage Drinking Hotline  
1-888-843-8222

Help Lines  
1-800-833-5948

National Alliance for the Mentally Ill of Texas (NAMI Texas)  
1-800-633-3760  
www.namitx.nami.org

Texas Department of State Health Services  
Community MHMR Centers  
www.dshs.state.tx.us/mentalhealth.shtm

Instituto Nacional de Salud Mental  
www.nimh.nih.gov

Mental Health America  
www.MentalHealthAmerica.net

National Youth Crisis Hotline  
1-800-HIT-HOME

This information was developed in part under a grant number SM059174 from the Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), U.S. Department of Health and Human Services (HHS). The views, policies, and opinions expressed are those of the authors and do not necessarily reflect those of SAMHSA or HHS.

© 2010 Mental Health America of Texas.  
This publication may be reprinted with permission.