

## ABUSO DE SUSTANCIAS

En Texas, el alcohol sigue siendo la sustancia más comúnmente usada entre los estudiantes. En 2014, 50.5 por ciento de los estudiantes reportaron que ellos usaron alcohol en algún momento de sus vidas. En 2016, el número fue 52.7 por ciento. El pasado mes el uso de alcohol también aumentó 21.2 por ciento en 2014 a 28.6 por ciento en 2016.

El uso de tabaco entre los estudiantes aumentó también. El uso de cualquier producto de tabaco durante toda la vida aumentó del 22.4 por ciento en 2014 a 30.4 por ciento en 2016. El consumo de tabaco durante el mes anterior fue de 8.4 por ciento en 2014 y 14.5 por ciento en 2016.

La marihuana sigue siendo la droga ilícita más usada entre los jóvenes de Texas. Sin embargo, el uso de la marihuana durante toda la vida disminuyó alrededor de 23.2 por ciento de los estudiantes en 2014 a 20.8 por ciento de los estudiantes en 2016. En 2014, el uso de marihuana el mes pasado fue reportado a 9.1 por ciento de los estudiantes en comparación a 12.2 por ciento de los estudiantes en 2016.

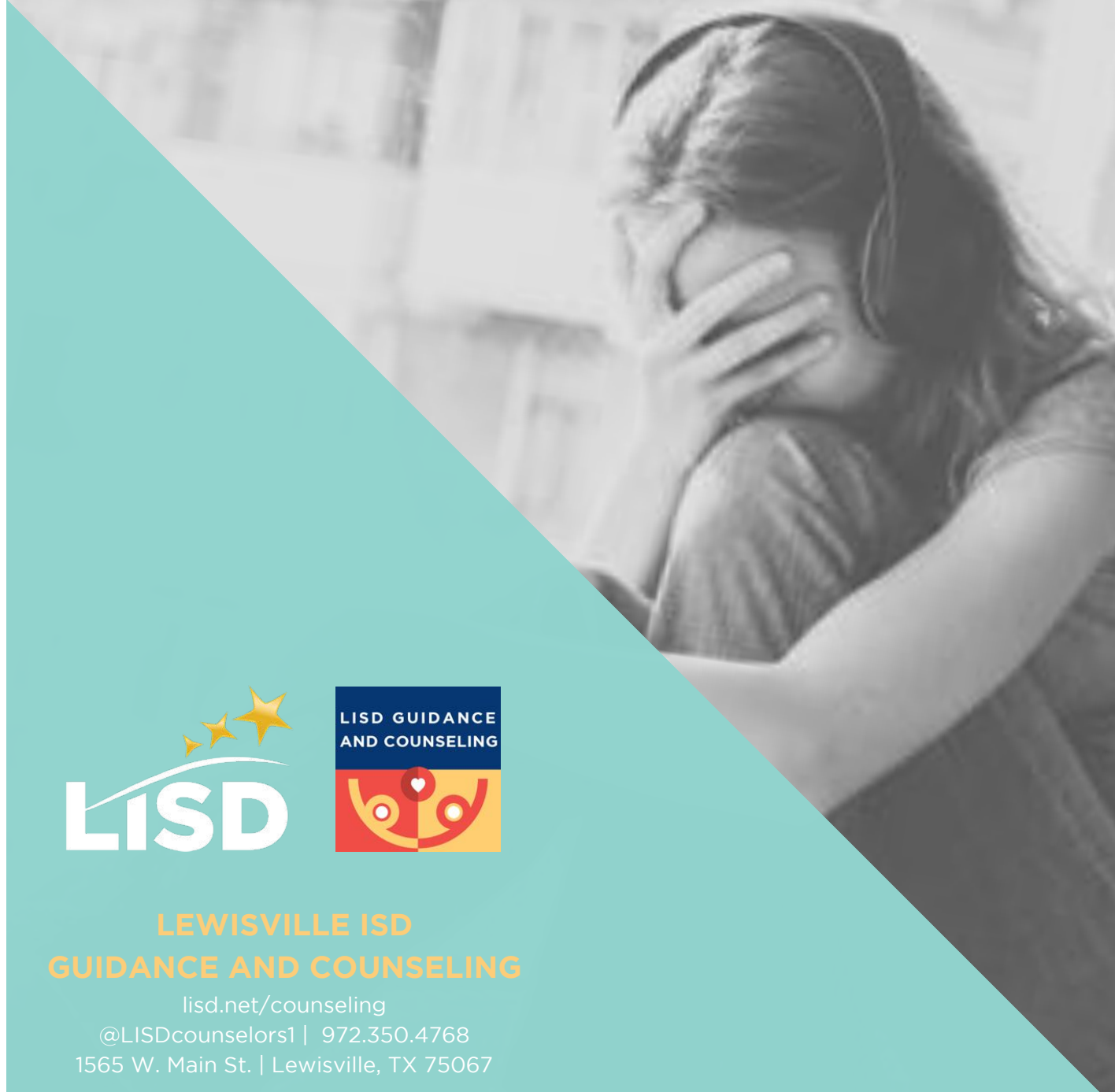
*Fuente: Texas Department of State Health Services, Drug Facts among Texas Youth 2016*



### LEWISVILLE ISD GUIDANCE AND COUNSELING

[lisd.net/counseling](http://lisd.net/counseling)  
@LISDcounselors1 | 972.350.4768  
1565 W. Main St. | Lewisville, TX 75067

# ABUSO DE SUSTANCIAS



## SEÑALES DE ADVERTENCIA

Los usuarios de alcohol y drogas a menudo tratan de esconder sus síntomas y minimizar su problema. Si le preocupa que un miembro de la familia pueda estar abusando de drogas, busque los siguientes signos de advertencia:

### Psicológico

- Cambio inexplicable en la personalidad o actitud
- Cambios repentinos de humor, irritabilidad o arrebatos de ira
- Periodos de hiperactividad inusual, agitación o vértigo
- Falta de motivación; luce letárgico o "espaciado"
- Parece temeroso, ansioso o paranoico sin razón

### Comportamiento

- Disminución en la asistencia y rendimiento académico
- Necesidad inexplicable de dinero; puede tomar prestado o robar para obtenerlo
- Participar en comportamientos secretos o sospechosos
- Cambio repentino de amigos, lugares de reunión favoritos y pasatiempos
- Se mete en problemas frecuentemente (peleas, accidentes, actividades ilegales)

### Físico

- Ojos enrojecidos, pupilas más grandes o más pequeñas de lo usual
- Cambios en apetito o patrones de sueño
- Pérdida o aumento de peso repentino
- Deterioro de la apariencia física, personal, hábitos de aseo personal
- Olores inusuales en la respiración, el cuerpo o la ropa
- Temblores, dificultad para hablar o problemas de coordinación

## ¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PADRES?

- Háblele y escuche a su hijo sobre los peligros del uso de drogas y comience temprano. Incluso un niño de primaria puede participar en conversaciones sobre mantenerse saludable. Comparta su amor manteniendo a su hijo seguro.
- Aprenda sobre los efectos nocivos de las drogas. Discuta los efectos en el cerebro y cuerpo y corrija cualquier creencia equivocada que su hijo pueda tener como "todos lo hacen". Discuta también cuestiones legales.
- Proporcione orientación y reglas claras sobre no usar drogas.
- Involúcrese en la vida de su hijo y anime la participación en actividades familiares, escolares y voluntarias. El tiempo juntos ayuda a su hijo a sentirse valorado, seguro y conectado.
- Controle su propio uso de sustancias. Las acciones de los padres verdaderamente hablan más que las palabras.
- Conozca los amigos de sus hijos y sus familias. Recuérdele a su hijo que los verdaderos amigos apoyan los valores de los demás.
- Sepa donde está su hijo en todo momento.
- Ayude a su hijo a aprender maneras diferentes de resistir la presión negativa de los compañeros tales como decir "No, gracias, mis padres se enojarían mucho conmigo."
- Confíe en su instinto. Si usted sospecha consumo de drogas o alcohol, hable con su hijo sobre sus preocupaciones. Contacte a un especialista en abuso de sustancias o al consejero de la escuela de su hijo. Esto permanecerá confidencial.

## RECURSOS

### **Above the Influence:**

[abovetheinfluence.com](http://abovetheinfluence.com)

### **National Institute on Drug Abuse:**

[drugabuse.gov](http://drugabuse.gov)

### **Partnership for Drug-Free Kids:**

[drugfree.org](http://drugfree.org), [medicineabuseproject.org](http://medicineabuseproject.org)

### **Substance Abuse & Mental Health Services**

#### **Administration:**

[samhsa.gov](http://samhsa.gov)

### **U.S. Drug Enforcement Administration:**

[dea.gov](http://dea.gov)

### **The Phoenix House of Dallas:**

[phoenixhouse.org/locations/texas](http://phoenixhouse.org/locations/texas)

### **Nexus Recovery Center of Dallas:**

[nexusrecovery.org](http://nexusrecovery.org)

