

SUBSTANCE ABUSE

In Texas, alcohol remains the most commonly-used substance among students. In 2014, 50.5 percent of students reported that they had used alcohol at some point in their lives. In 2016, the number was 52.7 percent. Past-month alcohol use also increased from 21.2 percent in 2014 to 28.6 percent in 2016.

Tobacco use among students increased as well. Lifetime use of any tobacco product increased from 22.4 percent in 2014 to 30.4 percent in 2016. Past-month use of tobacco was 8.4 percent in 2014 and 14.5 percent in 2016.

Marijuana remains the most widely-used illicit drug among Texas youth. However, lifetime marijuana use decreased from about 23.2 percent of students in 2014 to 20.8 percent of students in 2016. In 2014 past-month use of marijuana was reported by 9.1 percent of students, as compared to 12.2 percent of students in 2016.

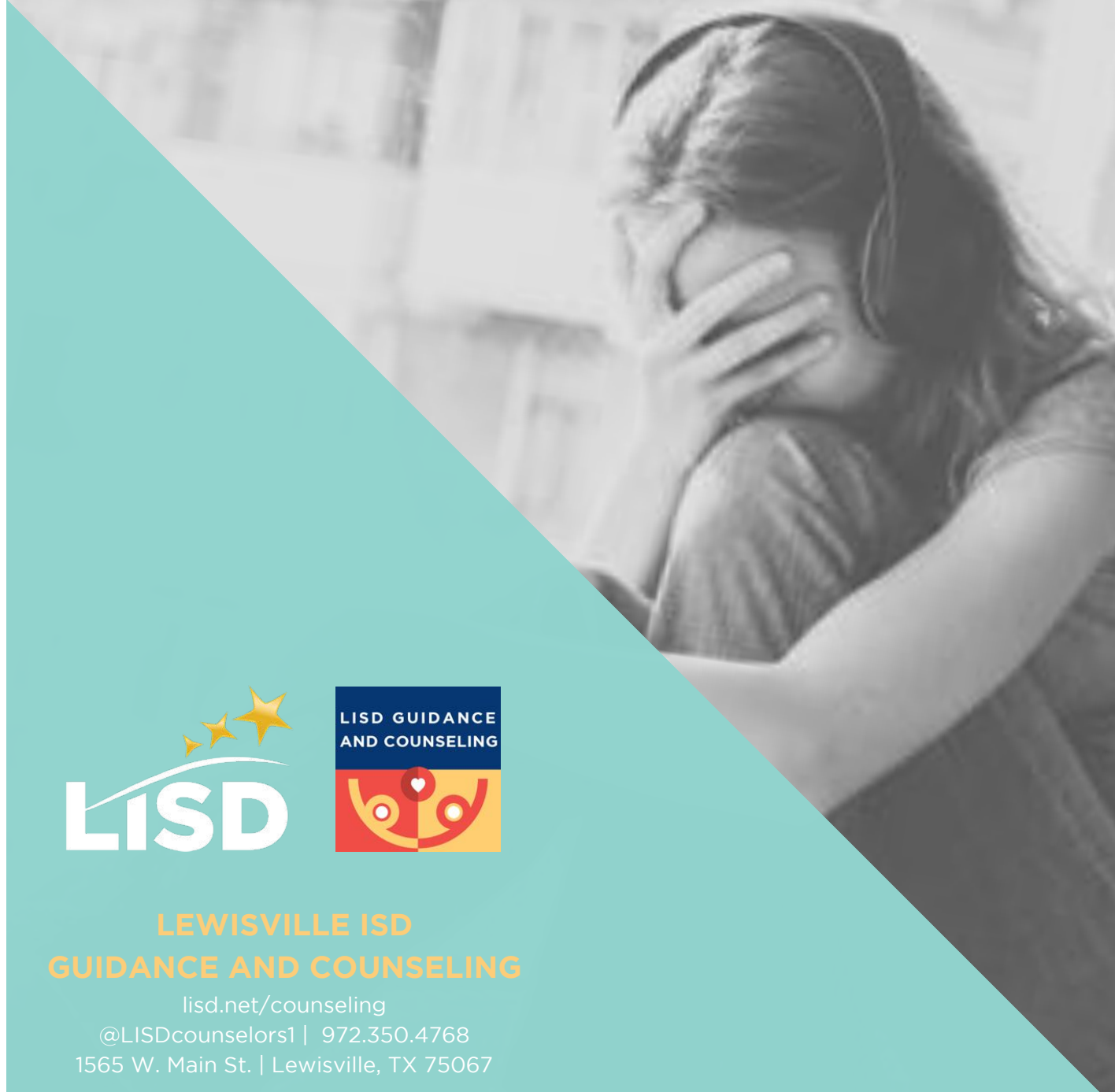
Source: Texas Department of State Health Services, Drug Facts among Texas Youth 2016



LEWISVILLE ISD GUIDANCE AND COUNSELING

lisd.net/counseling
@LISDcounselors1 | 972.350.4768
1565 W. Main St. | Lewisville, TX 75067

SUBSTANCE ABUSE



WARNING SIGNS

Alcohol and drug users often try to conceal their symptoms and downplay their problem.

If you're worried that a family member might be abusing drugs, look for the following warning signs:

Psychological

- Unexplained change in personality or attitude
- Sudden mood swings, irritability or angry outbursts
- Periods of unusual hyperactivity, agitation, or giddiness
- Lack of motivation; appears lethargic or "spaced out"
- Appears fearful, anxious, or paranoid with no reason

Behavioral

- Drop in attendance and performance at school
- Unexplained need for money; may borrow or steal to get it
- Engaging in secretive or suspicious behaviors
- Sudden change in friends, favorite hangouts, and hobbies
- Frequently getting into trouble (fights, accidents, illegal activities)

Physical

- Bloodshot eyes, pupils larger/smaller than usual
- Changes in appetite or sleep patterns
- Sudden weight loss or weight gain
- Deterioration of physical appearance, personal grooming habits
- Unusual smells on breath, body or clothing
- Tremors, slurred speech or impaired coordination

WHAT CAN PARENTS DO?

- Talk and listen to your child about dangers of drug use and start early. Even a child in elementary is able to engage in conversations about staying healthy. Share your love by keeping your child safe.

- Learn the facts about the harmful effects of drugs. Discuss the effects on the brain and body and correct any wrong beliefs your child may have, such as "Everybody is doing it." Discuss legal issues, too.

- Provide guidance and clear rules about not using drugs.

- Get involved in your child's life and encourage participation in family, school, and volunteer activities. Time together helps your child feel valued, safe and connected.

- Monitor your own substance use. A parent's actions truly speak louder than words.

- Know your child's friends and their families. Remind your child that true friends support each other's values.

- Know your child's location at all times.

- Help your child learn different ways to resist negative peer pressure, such as saying, "No thanks, my parents would get really mad at me."

- Trust your gut. If you suspect drug or alcohol use, talk with your child about your concerns. Contact a substance abuse specialist or your child's school counselor. This will remain confidential.

RESOURCES

Above the Influence:

abovetheinfluence.com

National Institute on Drug Abuse:

drugabuse.gov

Partnership for Drug-Free Kids:

drugfree.org, medicineabuseproject.org

Substance Abuse & Mental Health Services Administration:

samhsa.gov

U.S. Drug Enforcement Administration:

dea.gov

The Phoenix House of Dallas:

phoenixhouse.org/locations/texas

Nexus Recovery Center of Dallas:

nexusrecovery.org



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.

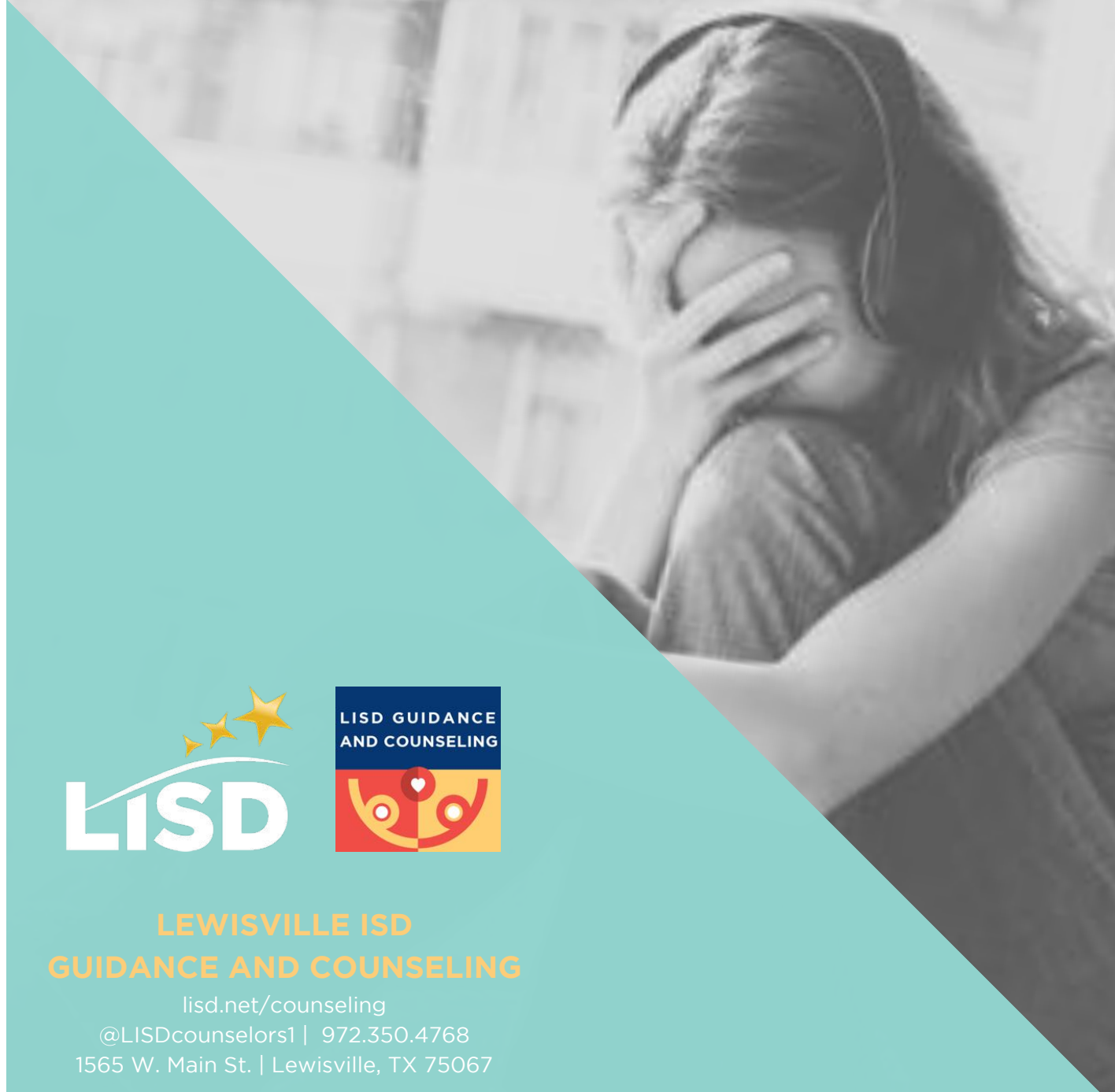
Fuente: Texas Department of State Health Services, Drug Facts among Texas Youth 2016



LEWISVILLE ISD GUIDANCE AND COUNSELING

lisd.net/counseling
@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

National Institute on Drug Abuse:

drugabuse.gov

Partnership for Drug-Free Kids:

drugfree.org, medicineabuseproject.org

Substance Abuse & Mental Health Services

Administration:

samhsa.gov

U.S. Drug Enforcement Administration:

dea.gov

The Phoenix House of Dallas:

phoenixhouse.org/locations/texas

Nexus Recovery Center of Dallas:

nexusrecovery.org

