



Prevenccion del Abuso de Sustancias

LOS EFECTOS DE LAS ADICCIONES A LAS DROGAS SOBRE LA FAMILIA



Hay muchas razones porque personas toman drogas:

- Reducir el estrés y la ansiedad
- Controlar las emociones
- Escapar dolor emocional
- Presión de los pares
- Relajar
- Escapar la realidad
- Tener más confianza
- Por diversión

Las personas que tienen amigos o familiares que toman las drogas o alcohol son más propensos a hacerlo.

¿Cómo puedo saber si tengo una adicción a las drogas o el alcohol?

El síntoma mayor de la adicción es la aparición de los síntomas de abstinencia después de no consumir la sustancia durante un período de tiempo. Otros síntomas incluyen una compulsión persistente de consumir la sustancia a pesar de las consecuencias negativas asociadas con ello, una obsesión con el consumo de la sustancia, y el intento de dejar de tomarlo pero no poder hacerlo.

¿Es posible abusar de medicamentos de venta libre?

Por supuesto. Hay muchos productos en el mercado que contienen ingredientes que pueden drogar una persona cuando se consume en grandes cantidades. Esto produce resultados desastrosos.

Medicamentos de venta libre pueden contener otros ingredientes que se convierten en tóxicos cuando se ingiere en cantidades grandes. Por ejemplo, las altas dosis de acetaminofeno (Tylenol) pueden causar daño hepático. Medicamentos de venta libre también pueden ser peligrosos cuando se mezcla con otras drogas y el alcohol. Siempre lea la información de medicamentos en el paquete. Si usted tiene alguna pregunta, consulte un médico calificado.

¿Es ilegal compartir medicamentos recetados?

Sí, y la violación de la ley puede resultar en la detención y el enjuiciamiento. Aunque puede parecer inofensivo, lo que permite que una persona tome un medicamento que él o ella no tiene una receta es peligroso. El profesional médico escribió la receta para su paciente basándose en la historia médica de ese paciente. La persona que toma el medicamento sin receta médica puede tener problemas de salud, incluyendo el uso de otros medicamentos, o las alergias desconocidas que pueden conducir a una reacción adversa a la droga. Siempre errar por el lado de la seguridad y nunca comparta sus medicamentos recetados con nadie.

¿Qué es un trastorno co-ocurrente?

Un trastorno co-ocurrente es una condición médica o mental que es causada por el abuso de algunas drogas. Drogas y el alcohol afectan el cuerpo en una manera grande. La mayoría de las personas desarrollan trastornos concurrentes, pero no todas. Los más comunes son los trastornos de ansiedad, la depresión y la desnutrición. La información sobre medicamentos de la Alianza Nacional de Enfermedades Mentales indica aproximadamente el 37 por ciento de los alcohólicos y el 53 por ciento de los consumidores de drogas tienen al menos una enfermedad mental grave. Es importante diagnosticar y tratar los trastornos concurrentes al mismo tiempo que la adicción está siendo tratado, porque problemas de salud física o mental no están tratados pueden causar una recaída de la persona en conductas adictivas.

LOS EFECTOS DEL ABUSO DE DROGAS:

- Daño cerebral
- Pérdida de memoria
- Disminución de problemas de aprendizaje
- Problemas de coordinación
- Dañada capacidad de enfoque
- Aumento del ritmo cardíaco y la presión arterial
- Graves daños a sistemas cardiovascular, respiratorio, nervioso, y digestivo
- Aumento de la probabilidad de sucumbir a las enfermedades infecciosas
- Aumento de la temperatura corporal
- Las convulsiones

Mito: Usted no puede tener adicción la primera vez que intente drogas.

Hecho: La fisiología de cada persona es diferente. Por eso, no se puede predecir cómo cualquier droga, incluyendo el alcohol, le afectará, especialmente la primera vez que lo intente. Hay sustancias que son altamente adictivos y pueden causar la aparición de síntomas de abstinencia después de la primera vez que se usan.

Mito: Las personas sólo están dañando a sí mismos cuando toman drogas o alcohol.

Hecho: Cuando una persona abusa las drogas y el alcohol, todo el mundo paga el precio. Una persona que abusa o tiene una adicción a las drogas y el alcohol tiene más probabilidades de estar involucrados en un accidente o cometer un delito. Además, con frecuencia las personas bajo la influencia dicen y hacen cosas que normalmente no harían. Esto puede causar daño a sus amigos, familiares y compañeros de trabajo.

Mito: La marihuana no es adictiva.

Hecho: Muchas personas creen que la marihuana no es adictiva, ya que es una sustancia "natural" que proviene de una planta. La cocaína se hace de la planta de coca y es altamente adictiva. De acuerdo con los estudios, aproximadamente una de cada diez personas que usan marihuana va a desarrollar una adicción a ella.

FACTORES DE RIESGO:

- Ambiente caótico en el hogar
- Crianza ineficaz de los niños
- Poco apego mutuo
- Comportamiento inadecuado, tímido, o agresivo en el aula
- Fracaso escolar
- Aspiraciones bajas
- Pobres habilidades de afrontamiento social
- Afiliaciones con compañeros problemáticos
- La percepción de la aprobación externa del consumo de drogas (por pares, familia, comunidad)
- Abuso de sustancias de los padres o enfermedad mental

FACTORES DE PROTECCIÓN:

- Unidad de la familia
- Participación de los padres en la vida del niño
- Expectativas y consecuencias claras de los padres
- Éxito académico
- Participación en las instituciones pro-social (escuela, comunidad, iglesia)
- Normas convencionales sobre drogas y alcohol



RECURSOS POR ABUSO DE SUSTANCIAS

Quién	Servicio	Dónde	Número	Sitio Web
Addiction Recovery Program	Consejería, el tratamiento del abuso de sustancias, centro de rehabilitación de drogas, programa de desintoxicación	15 E. Oneida, Preston, ID 83263	(208-852-2407)	
Alcoholics Anonymous (AA) of Cache Valley	Ayudar a superar la adicción al alcohol	Consulte el sitio web	435-755-7772	www.utahaa.org
Bear River Health Department Division of Substance Abuse	Servicios de prevención asequibles y asesoramiento para todo tipo de abuso de sustancias	655 E. 1300 N. Logan, UT 817 W. 950 S. Brigham City, UT 84302	Logan: 435-792-6420 Brigham: 435-730-2793	www.brhd.org
Drug/Alcohol Treatment Toll-Free National Hotline	24 horas línea directa y referencias		1-(800)-662-4357	
Friendship Club	Entorno social para personas se recuperan de la dependencia de drogas y alcohol, también para la familia/amigos	745 S. 1st Ave. Pocatello, ID 83201	(208-232-9565)	
Heart t' Heart	Grupo de apoyo para cualquier adicción o co-dependencia. Miércoles- sólo para hombres	255 N. Main Rm. #158, Logan, UT 600 S. 200 E., Hyrum, UT	(435-512-2107) (435-512-2108)	
My Recovery	Las redes sociales y sitio de recursos para las personas en recuperación de la adicción, incluyendo las reuniones de AA en el red			http://www.myrecovery.com
Narcotics Anonymous	Cada miércoles a las 7:30 PM. Busca el sitio web para otras fechas, horas y lugares	290 N. 400 E. Logan, UT	1-888-773-9999	www.na.org

Road To Recovery	Asesoramiento por abuso de sustancias	343 E. Bonneville, Pocatello 83201	(208-478-6150)	
The Family Institute of Northern Utah	Programa de tratamiento de abuso de sustancias	190 E. Center St. Logan, UT	435-752-1976	www.finu.org
Tobacco Quit Line	Ayudar a recuperarse de la adicción al tabaco		1-888-567-TRUTH (8788)	www.tobaccofreeutah.org
Treatment Approaches for Drug Addiction	Hoja informativa sobre la adicción	National Institute of Drug Abuse		http://www.nida.nih.gov/infofacts/treatment.html

¿QUÉ PUEDE HACER *USTED*?

- **INTERVENIR:** Ofrece su apoyo y recuerde que la recuperación es un proceso largo y duro, pero ES POSIBLE!!
- **CUÍDATE:** No desatender sus propios necesidades ni seguridad.
- **NO SE CULPE:** Recuerde, no puede obligarlos a cambiar, solo puede animarlos.



¡SER UN HÉROE!

¡DILE NO A LAS DROGAS!