



## Abuso de sustancias

El abuso de sustancias no es algo que deba tomarse a la ligera. Ocurre cuando consume alcohol, medicamentos recetados y otras sustancias legales e ilegales en exceso o de manera incorrecta.

El abuso de sustancias difiere de la adicción. Muchas personas con problemas de abuso de sustancias pueden dejar de fumar o pueden cambiar su comportamiento poco saludable. La adicción, por otro lado, es una enfermedad. Significa que no puede dejar de consumir incluso cuando su afección le cause daño.

### Factores de riesgo

- Entorno hogareño caótico
- Paternidad ineficaz
- Fracaso académico
- Aprobación externa percibida del uso de drogas (pares, familia y comunidad)
- Abuso de sustancias por parte de los padres y salud
- Poco apego mutuo y crianza

### Factores protectores

- Fuertes lazos familiares
- Compromiso de los padres en la vida de un niño
- Limpiar las expectativas de los padres y consecuencias
- Éxito académico
- Fuertes vínculos con compañeros, familia y comunidad

### ¿Quién es responsable de los esfuerzos de prevención? Se necesita un pueblo.

La responsabilidad de la prevención pertenece a muchos individuos y grupos. Adolescentes: programas de liderazgo y tutoría entre pares.

**Escuelas:** los programas que son específicos para la edad, apropiados para el desarrollo y culturalmente sensibles deben repetirse a lo largo de los grados y reforzarse con los esfuerzos de prevención de los jóvenes, los padres y la comunidad.

**Padres:** los padres brindan modelos a seguir, definen expectativas, establecen límites y brindan consecuencias para los comportamientos de riesgo. Con respecto al abuso de drogas y alcohol, los padres deben hablar temprano y hablar con frecuencia.

**Comunidades** - Deben examinarse y contrarrestarse incluso los mensajes sutiles a favor del alcoholismo y el abuso de drogas.

La prevención eficaz del abuso de drogas y alcohol es responsabilidad de todos: adolescentes, escuelas, padres y comunidades. Si conoce a alguien que pueda necesitar ayuda; comuníquese con los siguientes recursos o con el defensor de su familia para obtener recursos adicionales.

### Idaho:

Friendship Club:  
745 S. 1st Ave. Pocatello, ID 83201 - (208-232-9565)

### Utah:

Bear River Health Department 655 E. 1300 N. Logan, UT 817 W. 950 S. Brigham City, UT 84302 Logan: 435-792-6420 Brigham: 435-730-2793 Tremonton: 435-257-3318 [www.brhd.org](http://www.brhd.org)

### Online:

My Recovery: Sitio de recursos y redes sociales para personas en recuperación de adicciones, incluidas reuniones de AA en línea. [Myrecovery.com](http://Myrecovery.com) Servicio de abuso de sustancias y salud mental -Hotline [samhsa.gov](http://samhsa.gov)