

# CONCIENTIZACIÓN DE DROGAS

## GUÍA PARA JÓVENES



Millones de personas tienen problemas con drogas y alcohol. Estos problemas no solo son comunes pero le pueden suceder a cualquier persona. Personas de diferentes caminos en la vida y diferentes culturas también batallan con las drogas. La mejor manera de protegerse es conociendo la verdad sobre las drogas. ¿Qué harías para protegerte de las drogas?

Las siguientes preguntas son las preguntas comunes que los jóvenes tienen sobre las drogas.

### ¿QUÉ ES LA ADICCIÓN DE DROGAS?

La adicción a drogas es una enfermedad complicada en el cerebro caracterizada por un deseo antojo y ansiedad incontrolable que existe aun cuando la persona adicta tiene conocimiento de las consecuencias negativas. Dado a los efectos del uso largo plazo de las drogas, convierte la adicción en una obsesión.

### ¿EN CUÁNTO TIEMPO TE PUEDES CONVERTIR EN UNA PERSONA ADICTA?

No hay una respuesta exacta. Todo depende en que tan rápido la persona desarrolla la adicción y otros factores como los genes, biología y la sensibilidad de la persona. Una persona puede usar varias veces sin tener efecto mientras otras personas pueden tener una sobredosis la primera vez que usan la droga. Todo tipo de uso de drogas puede causar daños y tener consecuencias graves.

### NO ESTOY SEGURA QUE PUEDA HABLAR CON MIS PADRES...

Una de las cosas más difíciles es tener que aceptar que puedes tener un problema con las drogas. No tenga miedo. Practique una abertura del tema en una manera fácil. No importa lo que piense, sus padres lo quieren y les preocupan su bienestar. Si no puede hablar con ellos trate de hablar con un consejero, sacerdote, doctor familiar, un familiar mayor, o una línea telefónica específicamente para ayudar a los adolescentes. Alguien que pueda proveer consejos o otro punto de vista. Muchas personas jóvenes dicen que se sienten mucho mejor después de desahogarse con alguien.

### ¿HAY AYUDA PARA PERSONAS QUE USAN DROGAS?

¡Claro que sí! Pero primero tiene que aceptar que tiene un problema con drogas y que necesita ayuda para dejar el vicio. La gente no necesita tocar fondo para recibir ayuda y tener éxito para dejar el vicio. Es importante que reconozcan que necesitan ayuda y que quieren cambiar. No es imposible dejar las drogas solo pero es más fácil de hacerlo con ayuda y con apoyo.

FOR EMERGENCIAS, CALL 911

### ¿ESTARÁ MI AMIGO FUERA DE CONTROL?

Muchas personas que usan drogas, mantienen su adicción secreto y es difícil de darse cuenta. Es importante tener lo siguiente en mente:

- ◇ Toma o se droga regularmente.
- ◇ Miente sobre la cantidad de drogas que usa.
- ◇ Lo evita para emborracharse o drogarse solo.
- ◇ Deja de hacer actividades que son gran parte de su vida como tareas, deportes, o salir juntos.
- ◇ Habla o planea constantemente el uso de alcohol y drogas.
- ◇ Tiene que tomar o usar mas drogas para obtener el mismo efecto.
- ◇ No se divierte al menos que este bajo la influencia de drogas o alcohol.
- ◇ Pasa por muchas crudas o pierde el conocimiento.
- ◇ No se preocupa de su apariencia, está deprimido, cansado, o retraído.
- ◇ Pérdida de peso o cambio en hábitos de dormir.
- ◇ Tiene dificultad concentrándose.
- ◇ Tiene los ojos rojos y/o le gotea la nariz sin estar enfermo o tener alergias.
- ◇ Presiona a los demás para tomar o usar drogas.
- ◇ La persona se siente deprimida, desesperada, o en la ruina.
- ◇ No le importan los demás.
- ◇ Se mete en problemas con la ley.
- ◇ Maneja bajo el efecto de alcohol y/o drogas.
- ◇ Es suspendido de la escuela por asuntos relacionados con drogas.

Busca recursos:

[www.checkyourself.com](http://www.checkyourself.com) & [www.drugfree.org](http://www.drugfree.org)

**ADICCIÓN**

#### *National Drug Awareness Resources:*

[www.getsmartaboutdrugs.com](http://www.getsmartaboutdrugs.com)

-U.S. Drug Enforcement Agency

[www.drugfreeamerica.org](http://www.drugfreeamerica.org)

-Partnership for a Drug Free America

09-10