


The Partnership for a Drug-Free America®
www.drugfree.org

Este folleto fue auspiciado por
Takeda Pharmaceuticals North America, Inc.



Medicinas con y sin receta: Las nuevas y peligrosas drogas de las fiestas

Una guía para mantener a su hijo sano
y salvo en este mundo incierto



LAS NUEVAS Y PELIGROSAS DROGAS DE LAS FIESTAS

Ahora los adolescentes consiguen drogas más fáciles en las fiestas que en la calle. La tendencia del abuso de los analgésicos, tranquilizantes, sedantes y estimulantes que se venden con recetas y los que se venden sin recetas llamados (“*over-the-counter*” en inglés) se han convertido en las nuevas y peligrosas drogas “*de las fiestas*”.

Lo irónico del caso es que mientras muchos padres tratan de proteger a sus hijos de las drogas ilegales que se compran en la calle. Desafortunadamente, no tienen la más mínima idea del peligro que corren sus hijos con los medicamentos que se compran en la farmacia. Entre tanto, las estadísticas indican que uno de cada cinco jóvenes ha usado—sin justificación médica—estas medicinas para drogarse.

ESTADÍSTICAS ALARMANTES

Según una encuesta estatal realizada por la Partnership for a Drug-Free America se descubrió que:

- 1 de cada 5 jóvenes ha usado Vicodin, un fuerte y adictivo narcótico contra el dolor.
- 1 de cada 10 jóvenes ha usado OxyContin, otro narcótico que se vende con receta.
- 1 de cada 10 jóvenes ha usado los estimulantes Ritalin o Adderall sin necesidad médica.
- 1 de cada 11 jóvenes admite haberse drogado con medicinas contra la tos.

Ahora más que nunca, los padres deben de estar atentos a los hábitos y cambios en la vida de sus hijos. Se recomienda que vigilen las medicinas del botiquín de los remedios y también, que estén alertas a las transacciones que sus hijos hacen en el Internet- ya que es aquí -donde ordenan estas drogas sin restricción alguna.

En el mercado existe una gran variedad de medicinas que se venden sin receta (las llamadas “*over-the-counter*” en inglés). Estas medicinas son muy efectivas, seguras y beneficiosas para la salud si se toman de acuerdo a las instrucciones de la etiqueta.

En ningún momento, nos referimos a casos donde los jóvenes pueden haber tomado equivocadamente una medicina legal o haber ingerido, sin darse cuenta, una medicina más potente que la recetada. El objetivo de este folleto es ayudar a los padres a proteger a sus hijos a que no usen estas medicinas para drogarse y, darles información acerca de servicios y tratamientos de drogadicción.

Usted puede evitar que sus hijos se droguen con estas medicinas si comienza a abrir los ojos y a observar que clase de medicinas están tomando sus hijos; si están tomando medicinas que no necesitan o que no han sido recetadas para ellos. Recuerde que los jóvenes las toman en grandes dosis por el puro afán de divertirse pero, esta práctica es sumamente peligrosa y puede causar los siguientes malestares: excesiva alza de la presión arterial, palpitaciones rápidas del corazón, daños a los órganos vitales, adicción, dificultad respiratoria, estremecimientos y hasta pueden causar la muerte.

¿UD. se preguntará por qué últimamente ha aumentado tanto el abuso de estas medicinas entre los adolescentes?

Cada día sus hijos tienen más fácil y rápido acceso a toda clase de información a través del Internet, de la TV, las películas, las campañas publicitarias de las compañías farmacéuticas, las revistas, los diarios y los programas educativos que detallan las cualidades curativas de las nuevas medicinas. Es así como, nuestros hijos se familiarizan, cada vez más, con las medicinas que se venden con y sin recetas e incluso están al tanto de las nuevas medicinas que son más efectivas y seguras.

¿Se siente atrapado en la red? La poderosa influencia del Internet, con su infinita red de buena y mala información ha contribuido a la promoción del uso y abuso de estas medicinas. Si bien es cierto, que en el Internet se encuentra valiosa información acerca de los riesgos y peligros que conlleva tomar estas medicinas en exceso, también es cierto, que los jóvenes aprenden igualmente, a abusar de ellas. Lamentablemente, numerosos portales del Internet ofrecen sugerencias de cómo abusar de estos remedios. Incluso, recomiendan la marca y la dosis que se debe tomar y enseñan como extraer elementos tóxicos de los jarabes contra la tos.

Lo más desconcertante es que comprar estas drogas en el Internet es tan o más fácil que comprar un libro o un disco compacto. Por ejemplo, los narcóticos que combaten el dolor como el Vicodin, los estimulantes como Adderall o los sedativos como Xanax se obtienen simplemente con sólo oprimir en la barra de buscar del Web: - “no prescription Vicodin” (escrito en inglés). Así comprobará que hay numerosos portales dedicados a ofrecer a su hijo o hija medicinas que las venden sin recetas, sin siquiera preguntar la edad y con la comodidad de ser entregadas en la puerta de su casa, en paquetes camuflados.

Aunque no lo crea, el lugar más fácil de conseguir estas medicinas es su propia casa. El botiquín de remedios de su casa—al igual que—el botiquín de la casa de los amigos de sus hijos, es una fuente inagotable de medicinas nuevas, expiradas o simplemente olvidadas que tientan a los adolescentes a drogarse.

¿Qué se puede hacer? Primero que todo, sea cuidadoso con sus propias medicinas. No sea distraído, no las deje en cualquier parte. Si hay medicinas que no fueron re-

cetadas para usted, no las tome, ni menos, se las ofrezca a otra persona. Respete para quien fue prescrita. Por ejemplo; no use Ritalin que, fue recetado para su hijo, como un sustituto de energía para usted mismo. Dé un buen ejemplo a sus hijos. Si usted demuestra cuidado y prudencia con sus medicinas verá que su hijo también será cuidadoso y respetará las instrucciones. Comience por hacer un inventario de sus medicinas y sepa la cantidad exacta de lo que tiene en su botiquín.

Todo depende de usted, de que averigüe y se eduque acerca de los riesgos del abuso de las medicinas que se venden con y sin recetas. Es su obligación de estar atento a qué clase de medicinas están tomando sus hijos y es su deber explicarles el daño que causa una sobredosis. Es tan peligroso drogarse con drogas ilícitas que se venden en la calle como drogarse con medicinas legales que se venden con y sin recetas en la farmacia.

Aprenda a comunicarse con sus hijos con afecto, con interés. Converse con ellos, escuche con esmero, ponga atención a lo que dicen. Conversar con sus hijos, aún es la mejor arma que tienen los padres para ayudar a sus hijos. Se ha comprobado que los adolescentes que conversan con sus padres de los peligros de las drogas están menos propensos a usar drogas que los jóvenes que nunca han conversado con sus padres acerca de las drogas. Por lo tanto, aproveche todos los momentos que tenga y converse con sus hijos más a menudo.

Desafortunadamente, los mismos estudios han demostrado que hoy en día, los padres hablan menos con sus hijos acerca de las drogas que años atrás. Entonces, ahora es el momento preciso para comenzar a hablar con ellos. Este folleto le ayudará a reconocer las señales de peligro y cómo puede proteger a sus hijos de no caer en estos abusos. También encontrará valiosa información en el portal de SAMHSA: www.hablemos.samhsa.gov.

También, puede visitar otras fuentes de información que citaremos al final de este folleto.

La verdad es que si usted no se esfuerza en educar a sus hijos de los numerosos riesgos de salud que pueden enfrentar en la vida, usted no le está dando la protección que necesitan para sobrevivir en este mundo incierto. Sabemos que como padre de familia usted desea lo mejor para sus hijos, por lo tanto, comience a protegerlos.

Infórmese

La mejor manera de prevenir que sus hijos abusen de las medicinas con y sin receta, es familiarizarse con las drogas más populares, de enterarse de los peligros y consecuencias de estos abusos. Cuando decida conversar con ellos esté bien preparado, sea efectivo y conozca a fondo de lo que está hablando. Los padres necesitan estar bien informados para ser capaces de reconocer los diferentes tipos de medicinas que los adolescentes usan para drogarse. A continuación describimos algunas de las más populares:

LAS MEDICINAS CON RECETAS

Estas medicinas son seguras, efectivas y adecuadas si se toman de acuerdo a las instrucciones del doctor. Pero, **por ningún motivo puede otorgarse a otra persona para la cual no fue recetada.** Es ilegal y peligroso tomar medicinas recetadas para otros y sin la autorización del doctor.



Codeine

Calmantes contra el dolor

De todas las medicinas con recetas las más abusadas por los adolescentes, son los narcóticos. En los últimos diez años, se han triplicado las visitas de los adolescentes a las salas de emergencias debido a la sobredosis de narcóticos.

Vicodin (hydrocodone) ■ **OxyContin** (oxycodone) ■ **Percocet** (oxycodone and acetaminophen) ■ **Darvon** (propoxyphene) ■ **Codeine**

Se recetan para:

- Calmar dolores post-operativos o procedimientos dentales.

Los jóvenes lo están usando para:

- Sentir placer o sentirse bien

Son peligrosos porque:

- Son altamente adictivos. Se desarrolla una dependencia de sentirse bien. Se ha comprobado que cuando los adolescentes comienzan a tomar drogas lo hacen sólo para sentirse bien. Cuando los adolescentes tratan de repente de dejar estas medicinas pasan por una horrible experiencia física y mental (llamada privación) es un intenso desosiego acompañado de dolores musculares y en los huesos, insomnio, diarrea, vómitos y escalofríos.
- Cuando los jóvenes sufren una sobredosis tienen dificultad al respirar y hasta les puede producir la muerte.
- Cuando los jóvenes pulverizan las píldoras o inhalan las medicinas que estaban programadas para entrar lentamente en el cuerpo—están exponiendo al sistema a aceptar una dosis más potente y esto puede causar la muerte.
- Si estas medicinas se mezclan con otras medicinas recetadas, con aquellas que se venden libremente sin recetas o con alcohol, se altera el sistema respiratorio y los usuarios se asfixian.



Ritalin

Estimulantes

Las anfetaminas son sustancias químicas tóxicas que dañan el cerebro, aumentan la presión arterial, producen palpitaciones rápidas del corazón, disminuyen el apetito y causan desvelo.

Ritalin, Concerta (methylphenidate) ■ **Adderall** (mixed amphetamine salts) ■ **Focalin** (dexamethylphenidate) ■ **Dexedrine** (dextroamphetamine) ■ **Meridia** (sibutramine)

Se recetan para:

- Los desórdenes de deficiencia de atención y de hiperactividad, narcolepsia y tratamientos de obesidad a corto plazo

Los jóvenes lo están usando para:

- Mantenerse alerta, lleno de energía, concentrado y para sobrellevar el estrés de las tareas escolares.
- Mantenerse despierto estudiando toda la noche.
- Suprimir el apetito y perder peso.

Es peligroso porque:

- Puede causar adicción
- Cuando se toma en grandes cantidades, en un corto periodo de tiempo, puede causar hostilidad, ansiedades y paranoia.
- Una sobredosis es muy peligrosa porque hace que aumente la temperatura del cuerpo, causa arritmia, colapso y hasta puede sufrir un infarto cardiovascular.
- Si se combina con medicinas descongestionantes que se venden libremente en las farmacias puede causar arritmia y aumentar la presión arterial.
- También puede causar insomnio, problemas digestivos y altibajos en la pérdida de peso.



Xanax

Sedantes, Hipnóticos y Calmantes

Las medicinas con propiedades sedativas, hipnóticas y los calmantes producen un efecto soporífero en el cerebro que conlleva a un estado de relajación y calma, muchas veces hasta el punto de aletargarse.

Benzodiazepine Receptor Agonists: **Valium** (diazepam) ■ **Xanax** (alprazolam) ■ **Ativan** (lorazepam) ■ **Klonopin** (clonazepam) ■ **Restoril** (temazepam) ■ **Ambien** (zolpidem) ■ **Lunesta** (eszopiclone)

Barbiturates: **Mebaral** (mephobarbital) ■ **Nembutal** (pentobarbital)

Se recetan para:

- Tratar desórdenes de ansiedad, extrema estrés, ataques de pánico, tratamiento de insomnio a corto plazo, como también, algunos ataques nerviosos y espasmos musculares.

Los jóvenes lo están usando para:

- Sentirse tranquilos, calmados y relajados.
- Sufren alucinaciones y sensaciones llamadas "experiencias fuera del cuerpo".

Es peligroso porque:

- Puede convertirse en una adicción. Si se reduce la dosis o se deja de tomarla pueden sufrir un ataque, pérdida del control motriz, y otras graves consecuencias.
- Son muy peligrosos cuando se mezclan con las medicinas contra el dolor, contra la tos y alergias o con el alcohol.

MEDICINAS VENDIDAS SIN RECETA (OVER-THE-COUNTER-EN INGLÉS)

Estas medicinas son remedios legales que no necesitan recetas médicas. Cuando se usan correctamente, siguiendo las órdenes del doctor que conoce su historia médica y se cumple con las instrucciones de la etiqueta no causan ningún daño. El problema se produce cuando se toman en grandes dosis, sin recomendación del doctor.

Cough Medicine



Medicinas para la tos

Actualmente, está de moda entre los adolescentes drogarse con las medicinas contra la tos. Causan daño cuando toman una gran cantidad del jarabe contra la tos que contiene dextrometorfano (DM abreviado en español y DXM abreviado en inglés) experimentan una sensación de que "se drogan". En el mercado existen más de cien medicinas que se venden sin recetas (las llamadas "over-the-counter-en inglés) que contienen dextrometorfano. Algunas de las que contienen DXM son: los jarabes, pastillas, cápsulas contra la tos y otras combinaciones de sustancias tales como: antihistaminas, expectorantes, descongestionantes y/o simplemente medicinas para combatir el dolor crónico.

Coricidin, contra la tos y el resfrió ■ **Contact Cold, contra el resfrió y la influenza** ■ **Theraflu-Robitussin** (productos contra la tos) ■ **Tylenol** contra resfrió y medicamentos producidos por las farmacias locales. Para saber si un producto contiene DXM busque en la etiqueta del frasco la palabra en inglés: "dextromethorphan".

Se recetan para:

- Combatir efectivamente la tos y el resfrió. No causan daños si se usan de acuerdo a las instrucciones.

Los jóvenes lo están usando para:

- Para experimentar efectos similares a la euforia, sensación de bienestar, felicidad, tendencia al optimismo, elación y exaltación.
- Los jóvenes que han experimentado con estos remedios describen las diferentes "fases psicodélicas" que van desde leve distorsiones de colores y sonidos hasta alucinaciones. También dicen haber tenido experiencias "fuera del cuerpo" y conmociones.

Son peligrosas porque:

- Los efectos de una sobredosis causan graves problemas incluyendo: palpitaciones aceleradas del corazón, aumento de la presión arterial, ataque cerebral y pánico, desorientación, mareo, visión borrosa, hablar como si estuvieran borrachos, rigidez, dolores de estómago, diarrea, náusea y vómitos, palpitaciones rápidas del corazón, fatiga, torpeza, espasmo y temblores y puede llegar al estado de coma.
- Algunos individuos se vuelven violentos.
- Las consecuencias empeoran cuando las medicinas que contienen DXM (DM en español) se mezclan con otros medicamentos, con el alcohol u otras drogas ilícitas.
- Es igualmente peligrosa una sobredosis de otros ingredientes que también se encuentran en medicinas que contiene DXM como por ejemplo:
 - **Acetaminofina** (combate el dolor) daña el hígado
 - **Clorofeniramina** (antihistamina) aumenta los pulsos del corazón, falta de coordinación, ataque cerebral y puede caer en estado de coma
 - **Guaifenesin** (expectorante) causa vómitos
 - **Pseudoephedrine** (descongestionante) causa arritmia y dolor de cabeza, dificultad para respirar, ansiedad y ataque cerebral.

SEÑALES DE PELIGRO

Esté atento a cualquier indicio que le demuestre que su hijo se "está drogando" con medicinas con y sin receta:

- Si visita muy a menudo portales en el Internet que enseñan "cómo" y "dónde obtener" estas medicinas con y sin recetas
- Si compra muchas medicinas contra la tos, contra el resfrió o contra dolores crónicos, sin estar enfermo
- Inexplicable desaparición de las medicinas del botiquín de los remedios.
- Bajo rendimiento escolar. Ha perdido el interés en sus pasatiempos y actividades favoritas.
- Tiene un nuevo grupo de amigos. Ha descuidado su apariencia física. No se preocupa de su higiene personal y tiene cambios en la conducta en general.
- Cambios en sus hábitos de comer y de dormir

Mientras más se mezclan, más peligrosas son

Generalmente, los adolescentes abusan de las medicinas con y sin recetas con el único propósito de entretenerse y sentirse bien, por un rato. Estas prácticas pueden producir desastrosas consecuencias cuando se mezclan con otras medicinas, con alcohol o drogas ilícitas. Incluso se debe tener mucho cuidado de no mezclar medicinas que son recomendadas por el doctor con otras medicinas como la antihistamina que se prescribe para la alergia. Si estas medicinas se mezclan con otras medicinas pueden ser fatal.

Consulte un experto

Conozca las tantas medicinas que sus hijos pueden estar usando en forma recreativa. Consulte a un experto que lo puede guiar en este peligroso laberinto de las medicinas con y sin recetas (over-the-counter en inglés).

Si en el dormitorio de su hijo, usted encuentra drogas o parafernalia que no conoce y no está seguro para que las usen, consulte con el doctor de la familia o con el farmacéutico. Ellos le podrán ayudar a identificar fácilmente estas sustancias.

Ahora, si usted desea información inmediata acerca de la clase de droga que los adolescentes están usando y, si sospecha de que su hijo puede estar usando drogas, visite: www.hablemos.samhsa.gov



Como padre de familia, usted desempeña un papel de gran importancia en la vida de sus hijos; los jóvenes confían mucho en sus padres y hacen caso cuando se les explica los peligros de usar drogas. UD. tiene el poder de alejar a sus hijos del abuso intencional de las medicinas recetadas y de venta libre. Aquí le ofrecemos algunas sugerencias:

Dé un buen ejemplo

Comience por dar un buen ejemplo y UD. mismo no abuse de estas medicinas. Siga las instrucciones del doctor. No cure sus dolores de hoy con medicinas que el doctor le recetó para la operación del año pasado. Esta actitud es contraproducente y puede darles a sus hijos la idea que estas medicinas son seguras y salvas. Si usted sufre de algún dolor crónico visite a su doctor pero, nunca abuse de las medicinas que han sido recetadas para otra persona.

Sea cuidadoso con todas las medicinas, lea bien las instrucciones de la etiqueta y siga las recomendaciones del doctor. Si usted cree que tomando medicinas en exceso le sanará más rápido, lo único que logrará es tener alucinaciones y dañar el hígado. Cuando usted toma estas medicinas en grandes cantidades les está mandando un mensaje incorrecto y muy peligroso a sus hijos.

Conéctese con sus hijos

Mientras más usted se involucra en los detalles de la vida de sus hijos, mejores son las probabilidades de que ellos se destaquen en la escuela, tengan buenas relaciones con sus amigos y se alejen de las drogas. Conéctese en la vida escolar de sus hijos; desde la escuela de enseñanza media hasta la secundaria; participe en sus actividades diarias, en sus planes.

Mientras más conozca sus intereses, más será capaz de mantenerlo sano y libre del consumo de drogas. Cada día trate de comunicarse con ellos, aproveche ciertos momentos especiales para recomendarles que no abusen de estas medicinas. Converse con ellos con ternura, no los reproche. Préstelos toda su atención a las preguntas y comentarios acerca de este tema difícil. Fomente la charla, la cordialidad y la confianza.

Simple Mitos:

Trate de erradicar el mito de que el drogarse con medicinas con y sin receta médica es menos peligroso que drogarse con las drogas ilícitas que se venden en la calle. Es importante entender que si los narcóticos, los sedativos, los tranquilizantes y las medicinas contra la tos, se usan en exceso son igualmente, peligrosos.

Ayude a su hijo a tomar buenas decisiones

Lo más probable es que un amigo, no un extraño, sea quien les ofrezca drogas a sus hijos y lo penoso es que a la tierna edad de 12 años ya reciben ofertas de drogas. Lo más seguro es que si ellos reciben amplia información en el hogar y obedecen ciertas reglas acerca del abuso de drogas, ellos estarán mejor preparados para resistir la presión de sus amigos para que usen drogas. Explíqueles a sus hijos, claramente, cuales son los peligros y consecuencias de drogarse. Establezca reglas de conducta bien definidas y ayude a sus hijos a rechazar las drogas. Enséñeles a decir “no” de una manera amable, pero firme. Recuérdeles a sus hijos que un buen amigo jamás le recomendaría abusar de las medicinas o usar drogas.

La mejor manera de prevenir el abuso de estas medicinas es vigilar el botiquín de los remedios del hogar que, es el medio más fácil de obtener estas drogas. Imagine lo fácil que es; todos estos remedios están al alcance de la mano en su misma casa o lo pueden robar del botiquín de los remedios en la casa de sus amigos.

Indudablemente, que las medicinas con y sin recetas son necesarias y beneficiosas para la salud, sin embargo, si no las está usando quítelas del botiquín. Escóndalas de sus hijos; más vale prevenir que curar.

Si sospecha que su hijo o hija está usando drogas, iactúe ahora mismo!

Generalmente, los adolescentes se drogan por dos razones:

1. Desean experimentar con la sensación de sentirse bien y de lograr un estado de euforia. Al mismo tiempo, están tratando de impresionar a un grupo de amigos, de su misma edad, que tienen las mismas inquietudes y actitudes.
2. Se auto-recetan medicinas para aliviar los estresantes problemas que deben enfrentar en la escuela, con los amigos y con la familia. Recientes estudios han comprobado que más de la mitad de los adolescentes que abusan de las medicinas también sufren de otros problemas mentales más graves.

Los padres tienen una gran influencia en la vida de sus hijos y se ha comprobado que tienen el poder de convencerlos a que no abusen de las medicinas con y sin recetas. La razón por la cual los hijos rechazan las drogas es porque no desean herir o entristecer a sus padres.

Intervención

Si UD. está convencido que su hijo o hija tiene un problema de drogadicción, **iactúe ahora mismo!** Cuando se decida a la intervención, no tiene porque hacerlo en forma brusca o autoritaria. Lo ideal es conversar y explicarle, honestamente, la situación. Aquí le ofrecemos algunos consejos:

- Converse con su hijo o hija cuando esté sobria y cuando UD. esté sereno y tranquilo para así poder tomar decisiones sensatas.
- Demuéstrele su amor y exprésele que lo único que le interesa es su bienestar y seguridad.
- No critique, ni tampoco dé juicios precipitados. Trate de mantenerse imparcial.
- Dígale que está preocupado porque ha observado ciertas normas de conductas que no son aceptables. Háblele sinceramente y sin disimulos y confronte sus sospechas.
- Escuche, escuche y otra vez escuche. No se canse nunca de escuchar lo que su hijo o hija tenga que decirle. Si él le menciona otros conflictos o trata de cambiarle el tema, prometa que lo conversarán y tratarán de resolverlos mas adelante pero, que ahora, lo importante es que conversen acerca de los abusos de las medicinas con y sin recetas.
- Si necesita ayuda para abordar este tema, trate de que le acompañe otro miembro de su familia o acuda al consejero escolar o a su médico.
- Si desea más sugerencias e información sobre como lidiar con estos temas de abuso de drogas de los adolescentes, visite: www.hablemos.samhsa.gov

INVENTARIO DE LAS MEDICINAS

- Controle y mantenga un inventario de las medicinas que guarda en el botiquín de los remedios, en los gabinetes de la cocina, en los escritorios o en cualquier otra parte que tenga medicinas.
- Si es posible, mantenga un record de estas medicinas ya sea en la cantidad de píldoras o en los niveles de líquidos de las botellas.
- No deje las medicinas al alcance de sus hijos, sáquelas del botiquín de los remedios. Si las necesita, diariamente, escóndalas en un lugar donde su hijo no las pueda encontrar.
- Si sobran medicinas recetadas para otras condiciones, no las acumule; bótelas a la basura.
- Trate de convencer a los padres de los amigos de sus hijos a que ellos también hagan un inventario en su casa y sean cuidadosos con estas drogas.



Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y Salud Mental (SAMHSA, por su sigla en inglés)

www.hablemos.samhsa.gov • Parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos: proporciona información, estadísticas y artículos acerca de la mejora de la calidad y disponibilidad del tratamiento para la adicción a la droga y al alcohol.

Centro Nacional de Intercambio de Información sobre Alcohol y Drogas de SAMHSA (NCADI, por su sigla en inglés)

<http://ncadi.samhsa.gov> • 1-877-767-8432 • Parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos y de la Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y Salud Mental: un recurso para obtener publicaciones de agencias gubernamentales federales que abarcan la prevención del consumo de drogas y alcohol, así como el tratamiento de las adicciones.

Centro para el Tratamiento del Abuso de Sustancias de SAMHSA (CSAT, por su sigla en inglés)

www.csat.samhsa.gov • 1-800-662-HELP • Parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos: línea telefónica de ayuda gratuita para obtener referencias de tratamiento y que proporciona a los usuarios información y listas de servicios de tratamiento y recuperación de problemas de adicciones a las drogas y al alcohol.

Instituto Nacional del Abuso de Drogas (NIDA, por su sigla en inglés)

www.drugabuse.gov • Parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos y uno de los Institutos Nacionales de Salud: fuente principal de estudios científicos y descubrimientos acerca de los efectos del consumo de drogas y métodos para prevenir y tratar la adicción.

Instituto Nacional de Salud Mental (NIMH, por su sigla en inglés)

www.nimh.nih.gov • Parte del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos y uno de los Institutos Nacionales de Salud: fuente principal de investigaciones científicas sobre padecimientos mentales y conductuales.

The Partnership for a Drug-Free America

www.drugfree.org • Información abundante, recursos y consejos de expertos y otros padres; oportunidades para relacionarse y compartir sus experiencias con otras familias.

OBTENGA AYUDA:

Como en todo asunto relacionado con la salud y, especialmente, en los casos de drogadicción lo primero que se debe de hacer es obtener una evaluación médica de la condición de su hijo o hija. Si cree que su hijo necesita ayuda inmediata contacte a su doctor, al hospital o incluso, hable con la enfermera de la escuela para que puedan guiarlo o referirlo a un programa de tratamiento adecuado de drogadicción.

Para mayor información llame al:
1-800-662. HELP (1-800-662-4357) O visite
www.drugfree.org/intervention y clic en
“Find Treatment” (Tratamientos)