

# Hello 10<sup>th</sup> Grade Parents!



We have recently begun our PATH lessons focusing on substance use prevention. Our hope is that through these lessons, each student will make the personal decision to live a safe and healthy lifestyle by staying substance free. We encourage you to talk with your child about his or her progress because although peer pressure is strong, parents are still the number one influence in reducing youth risk behaviors.

We are excited to share with you that your child will be participating in an evidence-based curriculum focusing on substance use prevention. School staff will facilitate these 30-minute, interactive, and informative sessions in the grade classrooms, covering the following topics:

- Early Use and Refusal Skills
- Risk Factors and Protective Factors
- Dangers of Alcohol, Marijuana, Vaping, and Prescription Drugs
- Warning Signs of Substance Abuse
- Negative Impact on Personal Achievement
- Effects of Drug Use on Relationships
- Seeking Help and Locating Resources

Our students will learn many current facts regarding these unsafe substances and their multi-faceted impact on overall well-being. We encourage you to talk with your child about his or her progress because parents are still the number one influence in reducing youth at-risk behavior.

## Did You Know?

- A teen's brain is in a developmental stage and does not reach full maturity until around age 25.
- Alcohol use at an early age is associated with other forms of drug use and abuse. <sup>1</sup>
- More than 90% of people who have an addiction started use before they were 18 years old.<sup>2</sup>
- As of February 2020, the CDC confirmed 2,807 lung injury cases or deaths associated with using e-cigarette or vaping products.<sup>3</sup>
- The fastest-growing drug problem in the U.S. is prescription drugs, most of which are found in family medicine cabinets.<sup>4</sup>
- Alcohol increases risk of being physically or sexually assaulted among youth who abuse alcohol. <sup>5</sup>
- Research indicates that 1 in 6 marijuana users who begin before age 18 will become addicted.

## Helplines/Resources

- **SAMHSA (Substance Abuse & Mental Health Services)** ..... [www.samhsa.gov/prevention](http://www.samhsa.gov/prevention)  
Information about various substance use disorders; specific guidance for families, health professionals, schools, and individuals; includes a links and resources
- **Treatment Referral Helpline** ..... 1-800-662-HELP  
Refers callers to treatment facilities, support groups, and other local organizations Online treatment centers locator: <https://findtreatment.samhsa.gov/>
- **National Cocaine Hotline** ..... 1-800-COCAINE (262-2463)  
The hotline provides information, crisis intervention, and referrals to local rehab centers for all types of drug dependency. It operates 24 hours a day, seven days a week.

## Helplines/Resources (cont.)

- **Alateen**..... 1-800-352-9996  
Fellowship of young people (mostly teens) whose lives have been affected by someone else’s drinking; great for teenagers meeting other teenagers with similar situations
- **American Self-Help Group Clearinghouse**.....[www.mentalhealth.net/selfhelp](http://www.mentalhealth.net/selfhelp)  
Searchable database of more than 1,100 self-help and caregiver support groups; local self-help listings; and contacts for face-to-face and online groups
- **Narcotics Anonymous & Alcoholics Anonymous**.....[www.na.org](http://www.na.org) and [www.aa.org](http://www.aa.org)  
Provides information about NA and contacts for groups in your area

## References:

1. National Helpline: SAMHSA - Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2020, April 30). Retrieved from <https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline>
2. Addiction Statistics - Facts on Drug and Alcohol Use. (2020, May 20). Retrieved from <https://www.addictioncenter.com/addiction/addiction-statistics/>
3. Outbreak of Lung Injury Associated with the Use of E-Cigarette, or Vaping, Products. (2020, February 25). Retrieved from [https://www.cdc.gov/tobacco/basic\\_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html](https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html)
4. Teen Prescription Drug Misuse and Abuse. (2020, May 4). Retrieved from <https://www.samhsa.gov/homelessness-programs-resources/hpr-resources/teen-prescription-drug-misuse-abuse>
5. Guarnotta, E. (2019, November 4). The Role of Drugs and Alcohol in Sexual Assault. Retrieved from <https://www.rehabs.com/alcohol-and-sexual-assault/>
6. National Institute on Drug Abuse. (2020, April). Is marijuana addictive? Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/marijuana-addictive>

# ¡Hola Padres de 10th Grado!



Recientemente hemos comenzado nuestras lecciones de PATH centradas en la prevención del uso de sustancias. Nuestra esperanza es que a través de estas lecciones, cada estudiante tome la decisión personal de vivir un estilo de vida seguro y saludable al mantenerse libre de sustancias. Lo alentamos a que hable con su hijo/a sobre su progreso porque, aunque la presión de los compañeros es fuerte, los padres siguen siendo la principal influencia para reducir los comportamientos de riesgo de los jóvenes.

Nos complace compartir con usted que su hijo/a participará en un plan de estudios basado en la evidencia que se centra en la prevención del uso de sustancias. El personal de la escuela facilitará estas sesiones interactivas e informativas de 30 minutos en las aulas de grado, cubriendo los siguientes temas:

- Uso temprano de sustancias y habilidades de rechazo
- Factores de riesgo y factores de protección
- Peligros de alcohol, marihuana, vapeo y medicamentos recetados
- Señales de advertencia de abuso de sustancias
- Impacto negativo en el logro personal
- Efectos del uso de drogas en las relaciones
- Búsqueda de ayuda y localización de recursos

Nuestros estudiantes aprenderán muchos datos actuales sobre estas sustancias inseguras y su impacto multifacético en el bienestar general. Lo alentamos a que hable con su hijo/a sobre su progreso porque los padres siguen siendo la influencia número uno para reducir el comportamiento de los jóvenes en riesgo.

## ¿SABÍAS?

- El cerebro de un adolescente se encuentra en una etapa de desarrollo y no alcanza la madurez completa hasta alrededor de los 25 años.
- El consumo de alcohol a una edad temprana se asocia con otras formas de uso y abuso de drogas.<sup>1</sup>
- Más del 90% de las personas que tienen una adicción comenzaron a usar antes de los 18 años.<sup>2</sup>
- A partir de febrero de 2020, el CDC confirmó 2,807 casos de lesiones pulmonares o muertes asociadas con el uso de cigarrillos electrónicos o productos de vapeo.<sup>3</sup>
- El problema de drogas de más rápido crecimiento en los Estados Unidos son los medicamentos recetados, la mayoría de los cuales se encuentran en los gabinetes de medicina familiar.<sup>4</sup>
- El uso del alcohol aumenta el riesgo de ser agredido física o sexualmente entre los jóvenes que abusan del alcohol.<sup>5</sup>
- Las investigaciones indican que 1 de cada 6 usuarios de marihuana que comienzan antes de los 18 años se volverán adictos.

## Líneas de ayuda y recursos

- **SAMHSA (Servicios de abuso de sustancias y salud mental)** [www.samhsa.gov/prevention](http://www.samhsa.gov/prevention)  
Información sobre diversas sustancias; guía específica para familias - con enlaces y recursos
- **Línea de ayuda para referencias de tratamiento 1-800-662-HELP** <https://findtreatment.samhsa.gov/>  
Remite a las personas que llaman a centros de tratamiento y grupos de apoyo localizador de centros de tratamiento:
- **Kids Health from Nemours:** <https://kidshealth.org/en/parents/drugs-information.html>  
Información para padres sobre muchos tipos de drogas, incluidos vapores, cigarrillos, alcohol y más. Incluye

pruebas de drogas, cómo intervenir, consejos de prevención, etc.

- **Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas para Adolescentes.** <https://teens.drugabuse.gov/parents>  
El sitio contiene numerosas guías que incluyen datos sobre drogas, consejos de conversación familiar, estrategias de prevención, datos actuales sobre vapeo y otras drogas, etc.
- **Alateen. 1-800-352-9996**  
Comunidad de jóvenes (en su mayoría adolescentes) cuyas vidas se han visto afectadas por el consumo de alcohol del
- **grupo de autoayuda estadounidense:** [www.mentalhealth.net/selfhelp](http://www.mentalhealth.net/selfhelp)  
Base de datos de búsqueda de grupos de apoyo de autoayuda y cuidadores; contactos para grupos presenciales y en línea

## Referencias:

1. National Helpline: SAMHSA - Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias. (2020, 30 de abril). Recuperado de <https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline>
2. Estadísticas de adicción - Datos sobre el consumo de drogas y alcohol. (2020, 20 de mayo). Recuperado de <https://www.addictioncenter.com/addiction/addiction-statistics/>
3. Brote de lesión pulmonar asociada con el uso de productos de cigarrillos electrónicos o vapeo. (2020, 25 de febrero). Recuperado de [https://www.cdc.gov/tobacco/basic\\_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html](https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html)
4. Uso indebido y abuso de medicamentos recetados para adolescentes. (2020, 4 de mayo). Recuperado de <https://www.samhsa.gov/homelessness-programs-resources/hpr-resources/teen-prescription-drug-misuse-abuse>
5. Guarnotta, E. (2019, 4 de noviembre). El papel de las drogas y el alcohol en la agresión sexual. Recuperado de <https://www.rehabs.com/alcohol-and-sexual-assault/>
6. Instituto Nacional sobre Abuso de Drogas. (2020, abril). ¿La marihuana es adictiva? Recuperado de <https://www.drugabuse.gov/publications/research-reports/marijuana/marijuana-addictive>