



Tulare County Office of Education | CHOICES TUPE Newsletter

GRADOS 5-12 | NÚMERO: 29 | 22 DE ABRIL DE 2022

Dependencia de sustancias duales

El programa CHOICES TUPE ayuda a los estudiantes a comprender las consecuencias de las decisiones no saludables, como elegir consumir tabaco, alcohol y otras drogas. A través del programa, los estudiantes descubren información y desarrollan habilidades que pueden usar para hacer una transición exitosa a través de hitos importantes en la vida.



Canabis

- Otros nombres comunes para el cannabis son marihuana, hierba y marihuana.
- Es una mezcla seca de hojas, enredaderas, semillas y tallos de una planta de cáñamo llamada cannabis sativa que puede causar daños irreversibles a la salud de una persona.



Nicotina

- Es una droga estimulante altamente adictiva que se encuentra en los productos del tabaco.
- La nicotina cambia la química del cerebro, lo que puede provocar cambios a largo plazo. Estos cambios se pueden encontrar en su estructura, función y comportamientos provocados por el consumo de tabaco.



Riesgo de abuso de múltiples sustancias

Hay muchas formas de consumir nicotina y cannabis. Debido a las opciones, es importante crear conciencia sobre los dispositivos de vape falsificados, los papeles contundentes y la posibilidad de enfrentar dos adicciones. Algunos e-juices contienen cannabis y nicotina sin que el usuario lo sepa porque los productos están mal etiquetados. Cuando se fuma cannabis de un porro, se utiliza papel de tabaco, por lo tanto, se introduce nicotina en el sistema, lo que conlleva el riesgo de enfrentarse a la adicción tanto al cannabis como a la nicotina. Este conocimiento apoya el proceso de tomar decisiones informadas.



Recursos de vídeo

[youtube.com/watch?v=-62b-xJ3oks](https://www.youtube.com/watch?v=-62b-xJ3oks) (Is cannabis addictive?)
[youtube.com/watch?v=_frd00RIS-w](https://www.youtube.com/watch?v=_frd00RIS-w) (Nicotine = addiction)

“Siempre tienes que acordarte de cuidarte ante todo, porque cuando dejas de cuidarte, te desequilibras y realmente te olvidas de cómo cuidar a los demás..” – Jada Pinkett

 Website: tcoe.org/CHOICESNewsletter  Contact: 559-651-0155  Email: tupe@tcoe.org



Tulare County
Office of Education
Tim A. Hire, County Superintendent of Schools