



Tulare County Office of Education | CHOICES TUPE Newsletter

GRADOS 5-12 | NÚMERO: 33 | 20 DE MAYO DE 2022

Abuso de sustancias y violencia

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.



Definición de abuso de sustancias

- El abuso de sustancias es el uso compulsivo e incontrolado de una o más drogas psicoactivas (que alteran la mente). Aquellos que abusan de las drogas tienen un deseo abrumador de encontrarlas y usarlas, aunque las consecuencias sean peligrosas.
- Generalmente, el abuso de sustancias es causado por cosas que nos rodean, como presenciar el uso de otras personas, o cosas dentro de nosotros mismos, como ansiedad, depresión o enojo.



Steps leading to substance abuse

1. Probar una o más drogas.
2. Usar drogas de vez en cuando (menos de una vez por semana).
3. Usar drogas regularmente (una vez a la semana o más seguido), pero en pequeñas cantidades.
4. Consumo de drogas de forma descontrolada y excesiva.



Abuso de sustancias y violencia

El abuso de sustancias es la principal causa de violencia en adolescentes y adultos. El cerebro responde a las drogas de maneras que hacen que una persona de alto riesgo actúe de manera agresiva y violenta mientras está bajo la influencia. Sin educación, conciencia y habilidades de afrontamiento, los jóvenes corren un mayor riesgo de abuso de drogas. El camino hacia el abuso de drogas puede impedirles alcanzar sus metas y mantener un futuro saludable.



Recursos de video

[youtube.com/watch?v=wQl_4kcE5nw](https://www.youtube.com/watch?v=wQl_4kcE5nw) (Uso y abuso de sustancias en adolescentes)
loveisrespect.org/ (La seguridad)

“La integridad es hacer lo correcto incluso cuando nadie está mirando.”

– C.S. Lewis

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



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