



# PREVENCIÓN DEL ABUSO DE LOS MEDICAMENTOS RECETADOS



ALLIANCE  
OF COALITIONS  
for Healthy Communities



## PREVENIR

El Abuso De Los Medicamentos  
Recetados Por Los Jóvenes

Alianza de Coaliciones Para Comunidades Saludables

Herramientas Para  
Padres y Cuidadores



**ALLIANCE**  
OF COALITIONS  
for Healthy Communities

## SOBRE LA ALIANZA & ESTAS HERRAMIENTAS

La Alianza es una red de más de 21 coaliciones comunitarias de prevención que dan servicio a más de 55 comunidades locales. La Alianza se compone de individuos y organizaciones que comparten nuestro compromiso para construir comunidades saludables y libres de drogas. Estas herramientas son un recurso para ayudar a educar cómo tomar decisiones saludables, incluyendo cómo tomar medidas preventivas y reducir los factores de riesgo para el abuso de sustancias.



### Contenidos

- 4 ¿Sabía Qué?
- 5 Señales De Advertencia
- 6 Factores De Riesgo
- 7 Hablar Con Sus Hijos
- 8 Proteger Su Casa
- 9 ¿Mito O Hecho?
- 10 Recursos

# CÓMO LOS FACTORES DE RIESGO Y FACTORES DE PROTECCIÓN PUEDEN INFLUIR EL USO DE SUSTANCIAS DE UN ADOLESCENTE

## ¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO?

Los factores de riesgo son características al nivel biológico, psicológico, familiar, cultural, o de la comunidad que preceden y se asocian con una probabilidad más alta de resultados negativos. Los factores de riesgo pueden incluir la falta de supervisión adulta, problemas de la salud mental, abuso, divorcio, o eventos traumáticos.

## ¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE PROTECCIÓN?

Los factores de protección son eventos positivos que contrarrestan los factores de riesgo. Los factores de protección disminuyen la probabilidad de esos resultados negativos.

## COMO CONSTRUIR FACTORES DE PROTECCIÓN PARA SU HIJO

- Proveer estructura, reglas, y expectativas claras
- Generar relaciones de apoyo entre los familiares
- Poner expectativas claras para comportamiento y valores
- Desarrollar la autoestima
- Practicar habilidades positivas para enfrentar y resolver problemas
- Apoyar compromisos y conexiones con otras personas (compañeros, mentores, entrenadores y maestros)
- Crear resistencia o la habilidad de manejar los retos de la vida en una manera efectiva

Como padre, también es importante cuidarse uno a sí mismo. Busque apoyo de otros padres, tome tiempo para el cuidado personal y busque ayuda de su comunidad cuando sea necesario.

Los Origenes; <https://www.samhsa.gov/sites/default/files/20190718-samhsa-risk-protective-factors.pdf> ;  
<https://youth.gov/youth-topics/youth-mental-health/risk-and-protective-factors-youth>

# ¿SABÍA QUÉ?

- Mas de 1,600 adolescentes empiezan a abusar de medicamentos recetados cada día.

*El Origen: <https://www.turnbridge.com/news-events/latest-articles/teen-prescription-drug-abuse/>*

- 57% de los niños entre 15 y 17 años quienes abusaron de opioides recetados los consiguieron de un amigo o pariente. La mayoría de los adolescentes consiguen medicamentos recetados fácilmente y gratis, frecuentemente de amigos o parientes.

*El Origen: <https://www.drugabuse.gov>*

- Cada 11 minutos alguien en los Estados Unidos muere de sobredosis de opioides.

*El Origen: <https://www.thetruth.com/the-facts/fact-1005>*

- Una tercera parte de los adolescentes dicen que creen que “Está bien usar los medicamentos recetados que no fueron recetados para ellos para curar una lesión, enfermedad, o dolor físico”.

*El Origen: <https://drugfree.org>*

- Las pastillas recetadas falsificadas son fácilmente disponibles y frecuentemente se venden en las redes sociales y sitios de comercio electrónico, lo que significa que cualquier persona con un teléfono celular las puede conseguir.

*El Origen: <https://www.dea.gov/onepill>*

- 6 de 10 pastillas recetadas falsificadas contienen una dosis potencialmente letal de fentanilo.

*El Origen: <https://www.dea.gov/onepill>*

- Los índices del uso ilícito de las pastillas recetadas son más altos en las personas entre 18 y 25 años.

*El Origen: <https://www.dea.gov/onepill>*

- 62% de los adolescentes dicen que optan por abusar de los medicamentos recetados porque son fáciles de conseguir de los botiquines de sus padres.

*El Origen: <https://drugabusestatistics.org>*

# SEÑALES DE ADVERTENCIA

- Medicamentos perdidos de familiares.
- Cambios de apariencia y comportamiento.
- Cambios bruscos de humor.
- Señales físicas – pupilas contraídas, náusea, piel enrojecida, síntomas similares a la gripa.
- Uso en exceso de los medicamentos de venta libre.
- Siempre buscando dinero.
- Problemas de la escuela.
- Pérdida de interés en el trabajo, familia, amigos, ejercicio, pasatiempos, relaciones personales, etc.
- Objetos de valor perdidos
- Objetos raros – popotes, papel aluminio, cucharas quemadas, tapas de botellas.



El Origen: <https://drugabuse.com/symptoms-signs-drug-abuse-effects/>

# FACTORES DE RIESGO

- Falta de supervisión
- Juventud (el uso empieza en la adolescencia y en los años 20)
- Exposición a la presión social o a un ambiente social donde haya uso de drogas
- Acceso fácil a medicamentos recetados
- Falta de conocimiento sobre los medicamentos recetados
- Uso actual o en el pasado de otras sustancias, incluyendo el alcohol



**Muchos adolescentes dicen que sus padres no hablan de los peligros del abuso de los medicamentos recetados con ellos.**

El Origen: <https://www.romi.gov/1348/Opioids>

# HABLAR CON SUS HIJOS

Las conversaciones pueden ser una herramienta poderosa que los padres pueden usar para conectarse con los niños y protegerlos. Al enfrentarse con los tópicos difíciles, especialmente relacionado con las drogas y el alcohol, saber qué decir puede ser complejo. Aquí hay unas sugerencias para empezar una plática:



» **ESCENARIO: Su hijo le dice que un compañero de la escuela le ofreció medicamento recetado, pero lo rechazó.**

**LO QUE UD. PUEDE DECIR:** Muestre orgullo que su hijo haya tomado una decisión buena y que le haya informado a Ud. Avísele que siempre puede culparse a Ud. para salirse de una situación mala. Si alguna vez le ofrecen drogas o medicamentos de otra persona en la escuela, dile a esa persona, “Mi mamá me mataría si tomara eso y después no me dejaría jugar beisbol.” Asegúrese de contactar después al otro padre o a la escuela.

» **ESCENARIO: Ud. se entera de que hay niños que venden medicamentos recetados en la escuela de su hijo. Su hijo no lo ha mencionado.**

**LO QUE UD. PUEDE DECIR:** “Oí que hay niños que venden pastillas en la escuela – medicamentos recetados que ellos toman o que alguien en su familia toma. ¿Has oído algo de los niños que hacen eso?”

» **ESCENARIO: Su adolescente ha empezado a pasar tiempo con niños que Ud. no conoce y ha dejado a sus amigos de siempre.**

**LO QUE UD. PUEDE DECIR:** “Parece que estás pasando tiempo con otro grupo de amigos. ¿Pasa algo con sus amigos de siempre o estás conociendo a nuevas personas? ¿Cómo son tus nuevos amigos? ¿Qué les gusta hacer? ¿Qué te interesa de ellos?”

Aprenda más por visitar [medicineabuseproject.org](http://medicineabuseproject.org) para más ideas cómo platicar con niños de cualquier edad.

# PROTEGER SU CASA

*Alrededor de la mitad de los padres dicen que cualquier persona tiene acceso a su botiquín.*

## ASEGURAR MEDICAMENTOS EN UN LUGAR SEGURO

- Guarde todos los medicamentos en un lugar seguro como un gabinete asegurado o una caja de seguridad en un área visible de la casa.
- Eduque a los amigos, familiares, y otros para que ellos también aseguren sus medicamentos.

## MONITOREAR LOS MEDICAMENTOS

- Cuente cuántas pastillas hay en cada botella o paquete.
- Monitoree las recargas para todos los medicamentos en la casa, incluyendo los medicamentos de su hijo adolescente.
- Eduque a los amigos y familiares, especialmente a los abuelos, para asegurar que monitoreen regularmente sus medicamentos.
- Administre la dosis adecuada a su hijo adolescente Ud. mismo.

## DESHACERSE DE LOS MEDICAMENTOS VIEJOS O NO USADOS EN UNA FORMA ADECUADA

- No eche los medicamentos en la basura, o en el lavabo o las tazas del baño.
- Visite a un sitio designado para el desecho de medicamentos en el condado de Oakland – Operation Medicine Cabinet: [www.oakgov.com/sheriff](http://www.oakgov.com/sheriff) (visite la pestaña 'Community Services' para encontrar la liga a 'Operation Medicine Cabinet'.)
- Quite las etiquetas de las botellas de medicamentos recetados antes de deshacerse de ellas para prevenir que alguien rellene la medicina ilegalmente.
- Use el equipo personal 'Deterra' para deshacerse de los medicamentos. Para obtener, marque (248) 221-7101.

## OTRAS SUGERENCIAS

- Hable con sus hijos sobre los peligros de abusar de los medicamentos recetados. Avísenles que probar los medicamentos recetados puede llegar a la adicción, sobredosis, y hasta la muerte.
- Asegure que los adolescentes entiendan que el abuso de los medicamentos recetados es ilegal, y que eso se incluye el compartirlos con amigos.
- Sea un ejemplo positivo cuando Ud. usa los medicamentos recetados.
  - Eduque a los adolescentes sobre como seguir las instrucciones y dosificaciones de los medicamentos.
  - Supervise las actividades de su hijo, sepa quienes son sus amigos, y monitoree sus alrededores.





## ¿MITO O HECHO?

### MITO

Los analgésicos recetados, aun cuando recetados por médicos, no son adictivos.

### HECHO

Los analgésicos recetados afectan el mismo sitio en el cerebro como la heroína y pueden ser altamente adictivos.

---

### MITO

No hay nada mal de la posesión de los medicamentos recetados o de compartirlos con amigos.

### HECHO

La posesión de los medicamentos recetados sin receta médica puede resultar en acciones penales. La distribución ilegal de medicamentos recetados es una violación de las leyes federales de drogas, y se puede castigar con hasta cinco años en la prisión federal.

---

### MITO

Es más difícil conseguir los medicamentos recetados que las drogas ilegales.

### HECHO

Los jóvenes reportan que estas drogas se consiguen fácilmente de familiares y amigos en botiquines, gabinetes de la cocina, burós, y bolsas.

# RECURSOS

## **SAVE A LIFE**

### **Free Narcan Trainings**

[achcmi.org](http://achcmi.org)

## **OPERATION MEDICINE CABINET™**

An Oakland County Sheriff's Office program, where citizens can properly dispose of expired and/or unused prescription drugs anonymously. See [oakgov.com/sheriff](http://oakgov.com/sheriff) for disposal site locations.

## **OAKLAND COMMUNITY HEALTH NETWORK**

(248) 858-1210 • [oaklandchn.org](http://oaklandchn.org)

## **MENTAL HEALTH AND SUBSTANCE USE ACCESS SERVICES**

(248) 464-6363 • Non-emergency

## **COMMON GROUND RESOURCE & CRISIS HELPLINE**

(800) 231-1127

## **SOBER SUPPORT UNIT**

(248) 456-8144

## **PARENT TALK KIT**

### **Tips For Talking And What To Say to Prevent Drug and Alcohol Abuse**

[drugfree.org/article/connecting-with-your-teen](http://drugfree.org/article/connecting-with-your-teen)

## **TALK SOONER**

### **Helping Parents Prevent Youth Substance Abuse**

[talksooner.org/drugs/prescription-drugs](http://talksooner.org/drugs/prescription-drugs)



**ALLIANCE**  
OF COALITIONS  
for Healthy Communities

(248) 221 -7101 • [achcmi.org](http://achcmi.org)