

Información sobre el Alcohol para las escuelas

El personal de los centros escolares puede desempeñar un importante papel en la prevención del consumo de alcohol entre sus alumnos menores de edad.

El alcohol y la adolescencia no se llevan bien:

- El alcohol es un depresor que ralentiza el funcionamiento del cerebro.
- El consumo de alcohol durante la infancia puede interferir en el desarrollo normal del cerebro y afectar a la regulación emocional, el aprendizaje y la memoria.
- Cuando los jóvenes beben, lo hacen en exceso, consumiendo una media de 5 copas en una sola ocasión. Se trata de una forma muy peligrosa de beber que puede provocar lesiones graves y, potencialmente, la muerte.
- El alcohol es la sustancia más consumida entre los jóvenes de Arizona.

¿Qué puede hacer usted para prevenir el consumo abusivo de alcohol?

Enfermera escolar:

- Conozca los señales de consumo de alcohol e identifique a los alumnos con mayor riesgo de consumo de sustancias.
- Examine a los alumnos a tiempo y con frecuencia. El uso de herramientas de detección del consumo de sustancias, como el BSTAD (Breve Detección de Tabaco, Alcohol y otras Drogas), puede realizarse con los alumnos en menos de 2 minutos.
- Educar a los alumnos sobre los riesgos para la salud asociados al consumo de alcohol.
- Facilite remisiones a los servicios y recursos de atención continuada.

Consejeros:

- Sea una buena fuente de información: Manténgase al día sobre las tendencias en materia de drogas y alcohol para comprender las presiones a las que se enfrentan los estudiantes.
- Ayude a los alumnos a crear un plan para salir de situaciones potencialmente perjudiciales (por ejemplo, habilidades de rechazo o un plan de salida).
- Sugerir recursos disponibles para un apoyo continuado si es necesario, como tratamiento o servicios de salud conductual.

Administración:

- Implantar la educación preventiva en los programas y enseñar a los alumnos los datos sobre el alcohol y otras sustancias.
- Proporcionar a los padres material educativo en los actos escolares.
- Impartir formación al personal sobre las tendencias del consumo de sustancias entre los jóvenes y el reconocimiento de los signos de consumo.
- Poner en marcha un Programa de Asistencia al Estudiante (SAP) o un programa de desvío para los estudiantes que infrinjan la política sobre alcohol del campus como alternativa a la expulsión, la suspensión o los cargos legales.
- Formar al personal para identificar a los alumnos en situación de riesgo y establecer un proceso coherente de intervención temprana y derivación de los alumnos necesitados.

Actúa

- Hable con sus alumnos sobre los costes reales del consumo de alcohol.
- Examinar periódicamente a los alumnos para detectar indicios de consumo de sustancias.
- Anima a los estudiantes a conocer los datos en **LearnMoreAZ.org**.
- Obtén consejos sobre cómo hablar con los jóvenes sobre el alcohol y otras sustancias en **TalkNowAZ.com**.

Sources: APA, CDC, SAMHSA, NIAAA, NIH This publication was made possible by grant numbers B08TI083525 and B08TI083927 from SAMHSA. The views, opinions and content of this publication are those of the author and do not necessarily reflect the views, opinions, or policies of SAMHSA or HHS.



**Substance Abuse
Coalition Leaders
of Arizona**

Recursos Útiles:

Recursos a nivel estatal

- **1-800-662-HELP (4357) | SAMHSA's National Helpline | SAMHSA.gov**
Servicio gratuito y confidencial de información y derivación a tratamientos.
Disponible 24 horas al día, 7 días a la semana (en inglés y español).
- **Al-Anon.org | Al-Anon**
Para personas cuyas vidas se han visto afectadas por el consume de alcohol otra persona.
- **DrugFree.org | Asociación para Niños sin Drogas.**
Apoyo para padres y cuidadores. Envía **JOIN** al **55753** para obtener ayuda y esperanza.
- **FindTreatment.gov**
Encuentre recursos de tratamiento disponibles en su zona.
- **TalkNowAZ.com**
Obtén consejos para hablar con los jóvenes sobre el consumo de sustancias.

Recursos para los jóvenes

- Envía **HELLO** al **741741** para comunicarte de forma anónima con un asesor de crisis formado de forma gratuita, *24 horas al día, 7 días a la semana*.
- **Teen Lifeline | Disponible 24/7. 1-800-248-TEEN (8336)**
Línea de apoyo para adolescentes de Arizona operada por adolescentes.
- **9-8-8 Suicide and Crisis Lifeline | Disponible 24 horas al día, 7 días a la semana** Ayuda a las personas en crisis suicida con apoyo.
- **Adolescentes ayudando a adolescentes | Disponible de 6p a 9p PST**
1-800-TLC-TEEN o Envía **TEEN** al **839863** para hablar con otro adolescente.
- **Al-Anon-AZ.org/Teens-2 | Alateen: Arizona Al-Anon for Teens**
Para jóvenes y adolescentes cuyas vidas se han visto afectadas por el consumo de alcohol de otra persona.
- **LearnMoreAZ.org**
Obtenga información sobre el consumo de alcohol y otras sustancias por parte de menores de edad.