

PREVENTING YOUTH SUBSTANCE USE

What Adults Need to Know



www.OneChoicePrevention.org

- click on any image for more info -

1 KNOW THAT YOUTH SUBSTANCE USE IS NOT INEVITABLE

Most teens do NOT use alcohol, nicotine, marijuana, or other drugs*



2 BE BRAIN DEVELOPMENT SAVVY



The developing brain is uniquely vulnerable to substance use: 9 in 10 adults with a substance use disorder started drinking, smoking, or using other drugs before age 18*

4 TALK EARLY AND OFTEN

Prevention is not a single conversation; look for teachable moments and communicate the clear expectation of no use as the health standard for youth



3 BE SUBSTANCE SAVVY

For teens, all substance use is related: using any one substance dramatically increases the likelihood of using other substances*



5 ACT QUICKLY IF YOU SUSPECT SUBSTANCE USE

Substance use puts teens at risk for many negative outcomes; help them make healthy choices and get support when you need it



SUBSTANCE USE PREVENTION IS A HEALTH PRIORITY

The health standard of no substance use for teens is similar to other health standards like using seat belts, wearing bicycle helmets, exercising, getting enough sleep, and supporting mental health self-care

PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS POR LOS JÓVENES

Qué Necesitan Saber los Padres



www.OneChoicePrevention.org

1 SEPAN QUE EL CONSUMO DE SUSTANCIAS ENTRE JÓVENES NO ES INEVITABLE

La mayoría de los adolescentes NO consumen alcohol, nicotina, marihuana ni otras drogas*



3 SEAN CONOCEDORES DE SUSTANCIAS

Para los adolescentes, todo consumo de sustancias está relacionado: el uso de cualquier sustancia aumenta drásticamente la probabilidad de consumir otras sustancias*



2 SEAN EXPERTOS EN DESARROLLO CEREBRAL



El cerebro en desarrollo es especialmente vulnerable al consumo de sustancias: 9 de cada 10 adultos con un trastorno por consumo de sustancias comenzaron a beber, fumar o usar otras drogas antes de los 18 años*

4 HABLEN TEMPRANO Y CON FRECUENCIA

La prevención no es una sola conversación; busquen momentos de enseñanza y comuniquen la expectativa clara de el no uso de sustancias como el estándar de salud para los jóvenes



LA PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS ES UNA PRIORIDAD DE SALUD

El estándar de salud de no consumo de sustancias por los adolescentes es similar a otros estándares de salud, como usar cinturones de seguridad, usar cascos de bicicleta, hacer ejercicio, dormir lo suficiente y apoyar el autocuidado de la salud mental



5 ACTÚEN CON RAPIDEZ SI SOSPECHAN DE CONSUMO DE SUSTANCIAS

El consumo de sustancias pone a los adolescentes en riesgo de tener muchos resultados negativos; ayúdenlos a tomar decisiones saludables y obtengan apoyo cuando lo necesiten