



UNA GUÍA PARA PADRES

**PARA ENTENDER LOS ESTADOS
DE ÁNIMO DE LOS ADOLESCENTES,
DESARROLLO CEREBRAL
Y PREVENIR EL USO
DE DROGAS Y ALCOHOL**

**PROMOVIENDO
FUTUROS POSITIVOS**



GCSAPP.NET

Estimados padres del Condado de Gunnison:

¡Hemos escrito esta guía para usted! Sabemos que hablar con los hijos sobre el uso de alcohol y drogas es muy difícil. GCSAPP (el grupo que trabaja en este tema en nuestra comunidad) ha escrito esta guía de para ayudarle a comenzar la conversación. ¡Lo más importante es recordar que usted PUEDE hacer algo! Se ha demostrado que si los padres hablan con sus hijos sobre el tema, hay un 50% mayor de probabilidad que los hijos no usarán drogas y alcohol. Además, se ha demostrado que cuanto más joven son cuando comienzan a usar drogas y alcohol, más probable es que tengan problemas más adelante. Por eso es tan importante tomar los primeros pasos hablando con sus hijos.

En el Condado de Gunnison los jóvenes, en promedio, comienzan a usar alcohol a los 12 años y marihuana a los 13. Esto indica claramente que los niños empiezan temprano a probar alcohol y marihuana. En el año 2012, el 17% de los estudiantes de la secundaria (high school) indicaron que abusaron del alcohol al menos 2 veces en un mes (el abuso está definido como el consumo sucesivo de más de 5 bebidas alcohólicas). El 38% dijo que tomó una bebida alcohólica en el último mes.

Cuando se les preguntó sobre marihuana, el 20% de los estudiantes de la secundaria dijo que usó marihuana en los últimos 30 días, y el 38% dijo que alguna vez la habían probado. Esto valores son similares a los del estado de Colorado.

¿Qué podemos hacer? ¿Cuándo comenzamos? Los estudios indican que es efectivo comenzar a hablar con sus hijos a los 9 años. Cuando los niños tienen entre 9 y 13 años comienzan a tener curiosidad sobre drogas y alcohol y comienzan a entender los mensajes sobre drogas y alcohol que aparecen en la televisión y otros medios de comunicación. Por eso, comenzar a hablar de a poco sobre estos temas es la mejor manera de darle las herramientas para que ellos aprendan a tomar buenas decisiones. Esperamos que usted tenga esta guía a mano para ayudarle con la información necesaria cuando se brinde la oportunidad de conversar.

GCSAPP es una coalición comunitaria que promueve una comunidad sana a través de la reducción y prevención del abuso de sustancias como las drogas y el alcohol. Visítenos en nuestra página Web www.gcsapp.net.



www.gcsapp.net

SUGERENCIAS PARA AYUDARLE A HABLAR CON SUS HIJOS SOBRE DROGAS Y ALCOHOL

Todos los niños pueden ser vulnerables a la experimentación con drogas y alcohol y todas las madres y los padres pueden tener influencia en las decisiones y comportamiento de sus hijos. No existe la vacuna contra el abuso de drogas y alcohol. Sin embargo, ustedes padres y madres, tienen un gran poder para reducir la probabilidad de que sus hijos comiencen a usar drogas y alcohol. Si usted no habla con sus hijos, la probabilidad de que ellos usen drogas y alcohol aumenta. Su participación y su cariño pueden inspirar a su hijo a tomar decisiones sanas que no incluyan drogas y alcohol.

La adolescencia es la época de aprendizaje y descubrimiento. Por eso se debe alentar a los hijos a que hagan preguntas, incluso las que son difíciles de contestar. Hablando honesta y abiertamente y usando palabras adecuadas para cada edad, le abre las puertas para que sus hijos acudan a usted más tarde con preguntas y problemas más difíciles.

NIÑOS DE LA ESCUELA PRIMARIA: 4 A 7 AÑOS DE EDAD

Los niños de esta edad piensan y aprenden experimentando y todavía no entienden bien lo que puede pasar en el futuro. Cuando hable con sus hijos de esta edad, use el tiempo presente y use ejemplos de algo que sus hijos conocen y entienden. Por ejemplo, cuando miran la tele, hable sobre los comerciales y establezca una conversación en que los niños puedan hacer preguntas.

Los niños están interesados en saber cómo funciona su cuerpo; por eso es buen momento para hablar de su salud y explicar que el uso de drogas y alcohol puede dañar al cuerpo. También puede explicar que el uso de drogas y alcohol afecta los sentidos y el juicio. Por ejemplo, se les puede decir que al usar alcohol, las personas pueden tener problemas para mantenerse de pie, para hablar claro, y puede provocar tropiezos y caídas. También se les puede decir que el alcohol da mal aliento, dolor de cabeza y de estómago, y puede dañar mucho la salud.

NIÑOS DE LA ESCUELA PRIMARIA A MEDIA: 8 A 11 AÑOS DE EDAD

Los últimos años de la escuela primaria son años críticos en que usted puede tener mucha influencia en las decisiones futuras de sus hijos sobre el uso de alcohol. A los niños de esta edad les encanta aprender cosas, y en especial, cosas raras. Les encanta aprender cómo funcionan las cosas y quieren conocer la fuente de la información.

Por eso, ésta es la edad para discutir la realidad sobre drogas y alcohol: el efecto a corto plazo y a largo plazo, el efecto físico, y por qué es tan peligroso usarlos cuando el cuerpo se está desarrollando.

JÓVENES DE LA ESCUELA MEDIA A SECUNDARIA: 12 A 17 AÑOS DE EDAD

En los años de la adolescencia sus hijos ya deberían estar familiarizados con los efectos de las drogas y el alcohol, y deberían conocer las reglas, actitudes y opiniones de la familia al respecto. A esta edad hable nuevamente sobre lo que ya les había enseñado en años anteriores, y mantenga abiertas las puertas de la comunicación.

Los adolescentes tienden a inclinarse al comportamiento de alto riesgo. Además, a esta edad necesitan ser más independientes y por eso tienden a desafiar a sus padres. Si usted ayuda a que sus hijos se sientan aceptados y respetados como personas, ellos van a ser más abiertos con usted.

Los jóvenes quieren ser aceptados y queridos por sus compañeros y necesitan un cierto grado de privacidad y confianza. Mejor que sermones y amenazas es decirles que los aman y que están preocupados por ellos. Aun si los jóvenes se molestan por el interés que muestran sus padres, ellos reconocen que es parte del juego de ser padres.

SUGERENCIAS PARA COMENZAR UNA CONVERSACIÓN

Puede ser muy complicado saber qué decir sobre temas difíciles. Los jóvenes son inteligentes y saben cuándo viene el sermón. A continuación presentamos algunas escenas que pueden usarse para comenzar una conversación sobre drogas y alcohol.

SITUACIÓN:

Cada vez que le pregunta a sus hijos adolescentes ¿cómo fue tu día? ellos balbucean “mñbienmñ”

LO QUE USTED PUEDE DECIR:

No le pregunte todos los días “¿cómo te fue en la escuela?”-- Haga preguntas más específicas sobre cosas que le interesan a usted y a su hijo/a adolescente “¿Cuéntame sobre la junta que tuviste hoy!”, “¿qué vieron hoy en estudios sociales?”, “¿hay muchas actividades después de la escuela?”. También puede usar su sentido del humor: “¿Qué placer es vivir con un hijo malhumorado!” para romper el hielo y comenzar la conversación sobre drogas y alcohol.

SITUACIÓN:

Es muy probable que en algún momento sus hijos tengan acceso a drogas y alcohol. El 27% de los jóvenes de la escuela media dicen que es “fácil” o “bastante fácil” conseguir cerveza, vino o licor.

LO QUE USTED PUEDE DECIR:

Ahora que estás en la escuela media vas a notar muchos cambios en tus compañeros. Hemos hablado sobre drogas y

alcohol cuando eras más pequeña, pero es ahora cuando esto puede llegar a ser un problema. Es casi seguro que vas a saber de algún compañero que está probando drogas y alcohol o que puedas encontrarte entre compañeros que están haciendo algo arriesgado. Quiero que siempre recuerdes que yo estoy aquí para ayudarte, y lo mejor que puedes hacer es hablar conmigo sobre lo que oyes o lo que ves. No quiero que pienses que hay temas de los que no podemos hablar.

SITUACIÓN: Personaje ficticio.

Usted llevó a su hijo/a adolescente a ver una película PG-13 donde uno de los actores tomaba y fumaba excesivamente. Es buena idea insistir en quedarse a ver la película porque al haberla visto, ahora pueden discutir la película (especialmente el tema de la adicción del actor). ¿A su hija/o le pareció que el actor era fenomenal o reconoció que éste tenía un problema?

SITUACIÓN: Personas que forman parte de la vida de sus hijos.

Personajes famosos: Hay una actriz famosa que sale en todas las películas y es admirada por sus hijos. ¿Qué pasa cuando sus hijos ven en las noticias que esta actriz irá a rehabilitación por tercera vez? Cuando vea a esta actriz en las tapas de las revistas, pregúntenles a sus hijos ¿por qué piensas que es tan fabulosa? Si sus hijos se interesan en las vidas de los ricos y famosos de cuerpos perfectos, recuérdelos que es mejor ejemplo una persona que bebe en forma responsable sin usar drogas y alcohol (o si lo ha hecho, ha pedido ayuda para salir del problema).

Compañeros de escuela: No es necesario comenzar la conversación usando un personaje rico y famoso. Se puede empezar hablando de un compañero de clase que acaba de ser arrestado por haber manejado ebrio. Pueden hablar de lo peligroso que es manejar ebrio, de cuáles son las consecuencias de ser arrestado manejando ebrio, y explicarle por qué usted no quiere que su hija esté en un carro con amigos que han estado bebiendo--sin excepción. (** En la encuesta del 2012, el 22% de los estudiantes de octavo grado dijo que anduvo en un carro con alguien que había tomado alcohol. El 7% de los estudiantes de la secundaria dijo que había manejado después de haber tomado alcohol.)

Parientes: El abuso de drogas y alcohol también puede tocarnos de cerca con algún familiar, y si esto sucede, es importante estar preparados para hablar honestamente. Si puede, hable abiertamente con sus hijos sobre este familiar. Explique cuál es el problema y diga que, como familia, van a hacer todo lo posible para ayudar en este momento difícil. Si su hijo no le hace muchas preguntas, está bien—es posible que se sienta incómodo. Puede asegurarle que si bien la adicción a drogas y alcohol puede causar un tumulto en la vida, es posible recuperarse con la ayuda de la familia y los amigos.

SITUACIÓN: ¿Qué puedo decir si mis hijos me preguntan si yo he experimentado con drogas y alcohol?

Para muchos padres es difícil contestar la pregunta “¿tú

alguna vez usaste drogas?”. Si la respuesta es “no” es fácil de contestar. De lo contrario, la mayoría de los padres balbucean y tartamudean una respuesta que confunde a los hijos y los hacen pensar que sus padres son hipócritas. Es difícil saber qué decir. Usted quiere que sus hijos sigan sus reglas pero no quiere que usen su pasado en su contra. Esta conversación no necesita ser incómoda; al contrario, puede ser un momento de aprendizaje. Algunos padres que sí usaron drogas en el pasado prefieren mentir; sin embargo, si algún día los hijos se enteran de la verdad, van a perder la confianza en sus padres. Los expertos aconsejan una respuesta honesta que no revele todos los detalles. Esta discusión les permite hablar abiertamente sobre qué fue lo que lo tentó a usted a probar las drogas, por qué es peligroso usar drogas, y darle las razones por las cuales usted no quiere que sus hijos cometan sus mismos errores.

LO QUE USTED PUEDE DECIR:

“Yo usé drogas porque mis compañeros lo hacían y en ese tiempo pensaba que si no lo hacía, no iba a ser como ellos. En aquellos días no sabíamos tanto como se sabe actualmente sobre el daño que pueden ocasionar las drogas. Hoy en día sabemos que es muy peligroso y que hacen mucho daño al cerebro en desarrollo.”

“Todos cometemos errores y el peor error que yo cometí fue el de probar las drogas. Quiero hacer todo lo que esté a mi alcance para que tú no caigas en ese error tan estúpido que yo cometí a tu edad.”

SITUACIÓN: Mi hija piensa que la marihuana no es mala. ¿Qué puedo decir?

Con la legalización de la marihuana en Colorado los jóvenes piensan que es una droga que no causa daño y que no tiene consecuencias. Pero cada año hay más jóvenes que van a rehabilitación por dependencia de marihuana que por cualquier otro tipo de drogas ilegales. También es sabido que la marihuana puede causar problemas de salud, aprendizaje, comportamiento y dificultades sociales durante los años críticos del desarrollo.

LO QUE USTED PUEDE DECIR:

“El uso recreativo de marihuana es legal sólo para adultos a partir de los 21 años. El hecho de ser legal para algunos no significa que sea una droga que no causa problemas. Hoy en día se sabe mucho más acerca de los graves problemas de salud, las consecuencias sociales del uso de marihuana y sobre los efectos permanentes que tiene sobre el cerebro.”

¿QUIÉN ES ESE ADOLESCENTE MALHUMORADO QUE ESTÁ EN MI CASA?

Cómo entender los cambios de ánimo de sus hijos a través del desarrollo biopsicosocial



Por Kari Commerford,
profesora de Psicología
de Western State Colorado
University

La adolescencia es un periodo de tumulto emocional. En este capítulo vamos a hablar sobre los factores biopsicosociales que contribuyen al desarrollo de los adolescentes. Es decir, por qué los adolescentes actúan como lo hacen.

Hay características biológicas y psicológicas de este periodo del desarrollo. A continuación presentamos las más importantes:

PROBLEMAS DE SUEÑO

Muchas veces los jóvenes no pueden dormir porque están preocupados por la vida social de mañana. ¿Roberto me invitará a salir? ¿Qué camisa me pongo? ¿Meteré un gol mañana? Este también es el tiempo en que se ajusta el reloj interno de los jóvenes, haciéndose difícil despertarse en la mañana. La melatonina es un neurotransmisor que regula el sueño y el ritmo circadiano. En la adolescencia se produce un cambio en la melatonina, y como resultado, se necesita dormir más. Esto implica una reducción del sueño MOR (movimientos oculares rápidos) y problemas de memoria, aprendizaje y retención de lo aprendido. Por eso los jóvenes tienen dificultad en la escuela, ya que se atrasan en la tarea y les cuesta ponerse al día. También puede provocar cambios de ánimo y baja tolerancia a la frustración.

CAMBIOS DE ÁNIMO

Adolescencia temprana: las niñas de 11-13 y los niños de 12-14 años de edad comienzan a padecer grandes cambios de ánimo que pueden pasar en pocos minutos y sin motivo aparente de la euforia a la tristeza. Estos cambios característicos de esta edad pueden durar horas o días.

Adolescencia media: La cumbre de los conflictos con los padres sucede con las niñas de 13-16 y los niños de 14-20 años de edad. Estos jóvenes desafían la autoridad y tratan de renegociar las reglas. La presión de los compañeros se convierte en norma y crecen los impulsos de su nueva identidad emergente (ropa de diseño, nuevos peinados, etc.). Su grupo de compañeros dicta el estilo de comunicación, comportamiento

y presión social. Los impulsos sexuales conducen a muchos a tener novios y a la experimentación sexual cada vez más temprana. Esta es la etapa de la adolescencia cuando ocurre el comportamiento de alto riesgo, por ejemplo con sexo, drogas y otras actividades.

Estas etapas también se conocen como de egocentrismo: ellos piensan que son socialmente más importantes que lo que en realidad son y que sus experiencias son únicas. El ¡Nadie me entiende! puede ser exagerado llevándolos a tomar decisiones que no son saludables. Esto se debe a cambios que están ocurriendo en el cerebro.

DESARROLLO DEL CEREBRO DEL JOVEN

Durante la adolescencia se reduce la tasa a la cual crece el lóbulo frontal y la corteza prefrontal (las partes ejecutivas del cerebro). El resultado es que en este periodo disminuye el razonamiento abstracto, la capacidad de resolver problemas lógicos, el control de impulsos y la regulación emocional.

En esta etapa aumenta la tasa de crecimiento de la amígdala y el hipocampo, el sistema que controla las emociones. Esto le permite al joven sentir más de lo que sentía antes. Como resultado, ahora el joven necesita más estímulo para lograr las mismas sensaciones y experiencias. Los variación en los neurotransmisores del cerebro juegan un papel importante durante el desarrollo cerebral:

Dopamina: Este neurotransmisor afecta el control del movimiento, respuestas emocionales y la capacidad de experimentar placer y dolor. El nivel de la dopamina fluctúa (aumenta levemente) durante la adolescencia, resultando en cambios de ánimo y dificultad para controlar las emociones. Esto puede conducir al joven al comportamiento de alto riesgo, llevándolo al uso de drogas.

Serotonina: Este neurotransmisor afecta los cambios de ánimo, ansiedad, control de impulsos y niveles de excitación. Los niveles de serotonina disminuyen durante la adolescencia y esta disminución se asocia con “sentimientos de depresión”.

Todo este desarrollo lleva al adolescente a sentir más emociones que las que sentía antes y a no poder pensar lógica y sistemáticamente como solucionar los problemas. El suicidio se ha incrementado en los jóvenes debido a que carecen de experiencia previa para resolver los problemas de la vida y al mismo tiempo sienten emociones tan intensas. Por favor busque ayuda si su hijo presenta síntomas de suicidio.

Egocentrismo del adolescente: Como parte del crecimiento biopsicosocial, los jóvenes crean sus propias historias y fantasías para compensar por los cambios que están ocurriendo. Esto se debe a que en la etapa del “egocentrismo adolescente”, los jóvenes se sienten socialmente más importantes que lo que en realidad son.

- **Audiencia imaginaria:** Esta condición sucede cuando los adolescentes creen que otras personas están tan interesadas en ellos como ellos mismos lo están, creyendo que “todos se van a dar cuenta”. Por ejemplo, “¡Híjole! ¡tengo un granito y

todos me van a estar mirando!”

- **Fábula personal:** Otra conclusión falsa del egocentrismo adolescente es la fábula personal por la que los adolescentes imaginan que sus vidas son únicas, heroicas o míticas. Se perciben diferentes a otras personas, distinguidos por experiencias, perspectivas y valores insólitos. Un ejemplo es cuando las niñas escriben en sus diarios, aunque esto ha adquirido una nueva dimensión con el internet. Los jóvenes están creando una nueva identidad con Facebook, MySpace, etc.
- **El sentido de ser invencible o la fábula de la invencibilidad:** Sucede cuando los jóvenes sienten que nunca van a ser víctimas de comportamientos peligrosos. Esto puede llevar al “Eso no me va a pasar a mí” respecto a manejar ebrio, accidentes, abuso de drogas, embarazo, enfermedades transmitidas sexualmente (ETS), etc.

AUTONOMÍA DE LOS PADRES Y COMPAÑEROS

En esta etapa los adolescentes buscan la autonomía, queriendo ser tratados como adultos. Buscan consejo de sus amigos en lugar de preguntar a sus padres. Aunque buscan más libertad, las enseñanzas y la orientación de los padres son extremadamente importantes en este momento.

RECURSOS PARA PADRES

Recursos en español:

theparenttoolkit.org/es

línea de asistencia gratis para los padres:
1-855-DRUGFREE (1-855-378-4373)

Recursos en inglés:

timetoact.drugfree.org

www.teen-safe.org

www.safety1st.org

www.alcoholfreechildren.org

www.madd.org

www.teens.drugabuse.gov

www.abovetheinfluence.com

¡LO QUIERO AHORA!

Gratificación Instantánea y la Ciencia de la Adicción



Profesor de Psicología
Dr. Scott I. Cohn
Western State
Colorado University

Hay una larga lista de los cambios permanentes en la química y función cerebrales producidos por el uso de drogas. También hay estudios que demuestran que existe un riesgo cuando los niños han sido expuestos a las drogas durante los años de desarrollo cerebral. Uno de los estudios menciona el efecto prolongado sobre el lóbulo frontal del cerebro. Los lóbulos frontales juegan un papel importante en la planificación a largo plazo, la toma de decisiones, la impulsividad, y otros tipos de funciones ejecutivas. Si bien estos estudios son interesantes, no debemos olvidar que todos los comportamientos –no solamente el uso de drogas– implican cambios cerebrales. Todo, desde estudiar para un examen hasta un paseo en bicicleta, produce cambios cerebrales permanentes. Estudios recientes muestran que aquellas personas que fueron expuestas a la satisfacción instantánea no funcionan bien cuando se demora la satisfacción. Otros estudios demuestran que usar drogas aumenta la impulsividad mientras que la experiencia con la satisfacción demorada disminuye la impulsividad significativamente. Este área de investigación de la neurociencia demuestra que toda forma de satisfacción instantánea (drogas o no) causa cambios cerebrales similares.

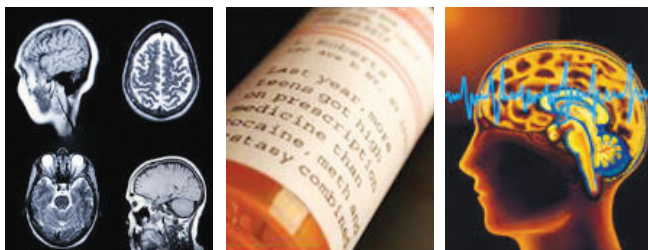
Debería ser alarmante para los padres saber que las experiencias regulares con la “satisfacción instantánea” pueden tener efectos similares al uso crónico de drogas. De alguna manera la experimentación de los jóvenes con drogas puede ser vista tanto como un síntoma de impulsividad así como el problema mismo. Los padres deberían crear oportunidades de “satisfacción demorada” para disminuir las probabilidades que sus hijos usen drogas o que tengan comportamiento impulsivo en general.

Es importante que los padres entiendan que los impulsos son naturales a esta edad y que es importante darles oportunidades a la “satisfacción demorada”

Ejemplos:

- > Hacer que los hijos ayuden a planificar las comidas de la semana (y también hacer las compras) como una manera de establecer metas con varios días de anticipación.
- > Abrir una cuenta de ahorros en el banco para enseñarles a manejar y ahorrar dinero. También se puede abrir una cuenta para guardar dinero para un evento en particular o para comprar algo que su hija siempre quiso tener.
- > Animar a sus hijos a que participen en deportes y otras actividades extracurriculares.
- > Establecer límites de tiempo en el uso del internet y el texteo.

ALCOHOL, DROGAS Y EL CEREBRO DE LOS ADOLESCENTES



Estudios recientes han demostrado que el cerebro adolescente continúa desarrollándose hasta la adultez temprana (más o menos 25 años). Por eso, el uso de drogas y alcohol durante este periodo es extremadamente riesgoso y a menudo causa daños cerebrales irreparables.

Esta nueva ciencia provee nuevos conocimientos sobre los efectos de las drogas y alcohol en el cerebro de los adolescentes. También tenemos nueva información sobre la manera en que los jóvenes toman las decisiones críticas que tendrán influencia en sus vidas, incluyendo sus decisiones sobre el uso de drogas. En esta sección se explica la relación que existe entre el desarrollo cerebral adolescente y la toma de decisiones. También se explica cuál es el efecto de las drogas más comunes: alcohol, marihuana y las drogas que se venden bajo receta médica (Rx).

EL CEREBRO ADOLESCENTE; UN CARRO QUE ANDA MUY RÁPIDO Y QUE NO TIENE FRENOS

Durante la adolescencia las partes del cerebro responsables de expresar las emociones y buscar placer maduran antes que las que controlan los impulsos y la toma cautelosa de decisiones. Se puede decir que tiene “un acelerador bien desarrollado, pero un freno parcialmente desarrollado”

Por ejemplo:

- Hay ciertos circuitos que están en posiciones únicas durante los años de la adolescencia. Esta posición de los circuitos excita o inhibe el comportamiento. Es por eso que un joven inteligente puede hacer cosas insensatas.
- La parte del cerebro que ayuda a controlar los impulsos y a tomar decisiones complejas (la corteza prefrontal) no está completamente desarrollada durante la adolescencia. El dejar de tomar una droga a pesar del placer que provoca, es un ejemplo del control de impulsos y la toma de decisiones complejas. Esto puede explicar por qué muchas adicciones comienzan durante la adolescencia.
- Los efectos del uso de drogas sobre el cerebro adolescente pueden ser permanentes.
- El cerebro adolescente es activo y vibrante aunque todavía no está completamente desarrollado; por eso es vulnerable y propenso a la adicción y al estrés. El precio que se paga por un cerebro adolescente (el cual es una

máquina asombrosa, abierta al aprendizaje) es que también es vulnerable al riesgo.

- De la misma forma en que un joven aprende idiomas más rápido que un adulto, también puede hacerse adicto más rápidamente. El cerebro adolescente es más sensible a la recompensa del placer y es más difícil sacudirse el encanto.

- Las drogas y el alcohol aprietan el botoncito del cerebro que causa placer produciendo dopamina (un producto químico del cerebro). Cuando se usa esta droga repetidamente, el cerebro pierde la capacidad natural de producir dopamina. Con el uso frecuente de drogas el cerebro se acostumbra a tener muchos de estos productos químicos que causan placer y necesita más y más para sentirse bien. Este cambio en el cerebro se llama “neuro adaptación”.

- La neuro adaptación interfiere con la experiencia normal del placer, debido a que al cerebro ya no le alcanzan otras fuentes de estímulos placenteros. Sin sus drogas la persona se siente deprimida, enojada, aburrida, ansiosa, y/o frustrada. La neuro adaptación es el mecanismo de la adicción, ya que el adicto necesita las drogas para sentir placer.

- El cerebro de los adolescentes es más sensible a las recompensas placenteras y todavía no ha desarrollado la habilidad de controlar los impulsos y de tomar decisiones. Esta combinación hace que las drogas y alcohol sean peligrosos para los adolescentes.

EL ALCOHOL Y EL CEREBRO DEL ADOLESCENTE

Se ha demostrado que el alcohol causa daño serio e inmediato en las habilidades cognitivas del cerebro adolescente. El uso intenso de alcohol a una edad temprana reduce la capacidad neurológica para evitar convertirse en un alcohólico.

En escaneos cerebrales de adolescentes que se embriagan (consumiendo sucesivamente más de 5 bebidas alcohólicas, dos veces por mes) se ha observado daño en las neuronas de la materia blanca. La materia blanca del cerebro es muy importante para la transmisión de información entre las neuronas y continúa desarrollándose durante la adolescencia. Los daños en la materia blanca hacen que las neuronas no puedan comunicarse bien y afecta la capacidad de atención en los niños y en las niñas afecta la habilidad de comprender e interpretar información visual.

LOS ADOLESCENTES Y LAS DROGAS QUE SE VENDEN BAJO RECETA MÉDICA (RX)

Actualmente muchos adolescentes están alejándose de las drogas de la calle y se están inclinando a las que se venden bajo receta médica para drogarse. La droga más común usada por los adolescentes es la marihuana, seguida por las recetadas (éstas son las que más pueden ser fatales). Casi uno de cada 5 adolescentes (19%) reportó que usaron drogas que no fueron recetadas para ellos.

A nivel nacional, el 47% de los adolescentes reportó que un amigo le regaló la droga mientras que el 10% se la quitó a un familiar. Muchos jóvenes piensan que las drogas recetadas son más seguras que las de la calle, ya que se pueden sacar fácilmente del botiquín de sus amigos o familiares. Algunos jóvenes dijeron en un reporte que hoy en día es más fácil conseguir drogas recetadas que cerveza.

Las drogas recetadas pueden tener efectos de gran alcance sobre el cerebro y el cuerpo. Al igual que las drogas ilegales, actúan en la parte del cerebro que nos permiten sentir placer. El riesgo de adicción y neuro adaptación también son

similares. Los calmantes opioides como Vicodin actúan en las mismas zonas del cerebro que la heroína. Los estimulantes como Ritalin tienen efectos similares a la cocaína.

Es peligroso tomar esas drogas en forma diferente a la que fueron recetadas. Algunos se inyectan o inhalan pastillas que deberían ser tragadas. El mal uso es peligroso a corto y largo plazo. Es ilegal consumir drogas recetadas ajenas y compartir las recetas con amigos.

Los calmantes como OxyContin y Vicodin son las drogas recetadas que más consumen los adolescentes.

Analgésicos (Vicodin, Tylenol con Codeína, OxyContin, y Percocet)

Los analgésicos son esencialmente opioides. Los opioides se unen a proteínas específicas llamadas receptores de opioides. Estos receptores están en el cerebro, médula espinal, tracto digestivo y otros órganos. Cuando las drogas opioides se unen a esos receptores disminuyen la sensación de dolor y afectan las áreas cerebrales responsables de provocar placer—es por eso que frecuentemente se abusa de ellas y pueden ser adictivas.

Una sobredosis de opioides puede hacer que la respiración se vuelva tan lenta que causa la muerte. La sobredosis ocurre si se consume una dosis demasiado alta; si se traga, inhala o inyecta la droga machucada de una pastilla o cápsula que debería tragarse entera; o cuando se combinan los opioides con depresores del sistema nervioso central, como el alcohol, Valium, o Xanax.

Los depresores del sistema nervioso central (SNC)

Retardan la actividad cerebral. Estas drogas aumentan la actividad del ácido gama amino butírico (GABA), el cual es un producto químico que inhibe la actividad de otras células cerebrales. El aumento del GABA hace que la persona se sienta soñolienta y calma, siendo éstos efectos deseables para las personas que sufren de ansiedad o que tienen problemas de sueño. Sin embargo, no es bueno tener mucho GABA; puede causar confusión, respiración lenta y la muerte. Las benzodiacepinas y los barbitúricos son medicamentos depresores del SNC; el alcohol —aunque no es una medicina— es también un depresor del SNC. Su combinación es peligrosa y puede causar la muerte.

Debido a que los depresores del SNC reducen la actividad cerebral, si una persona los ha usado a por mucho tiempo, dejar de tomarlos repentinamente puede producir convulsiones, ya que las células cerebrales se vuelven hiperactivas. Se puede prevenir esta reacción consultando a un médico.

Estimulantes (Concerta, Dexedrine, y Ritalin)

Los estimulantes tienen una estructura química semejante a ciertos neurotransmisores cerebrales (productos químicos que permiten que las células se comuniquen entre ellas). Los estimulantes aumentan los niveles de este producto químico en el cerebro y el cuerpo. Esto puede aumentar la presión sanguínea y los latidos del corazón, además de provocar la apertura de las vías respiratorias, causando un aumento del estado de alerta, atención y energía.

Los excesos no son buenos. La sobredosis de los estimulantes puede causar ansiedad, pánico, temblores, latidos irregulares del corazón, temperatura sanguínea peligrosamente alta, y hasta un ataque al corazón. Las personas que dejan de tomar estimulantes después de haberlos usado por algún tiempo pueden sufrir fatiga o depresión, ya que el cerebro se adapta reduciendo su respuesta natural a los productos químicos cerebrales semejantes a los estimulantes.

MARIHUANA; NUEVOS ESTUDIOS SOBRE SU EFECTO SOBRE EL CEREBRO DE LOS ADOLESCENTES.

La marihuana es la droga más utilizada por los jóvenes hoy en día y, además, es más potente que nunca. Cada año hay más niños que reciben tratamiento por un diagnóstico de dependencia de marihuana que de todas las demás drogas combinadas.

El uso de marihuana puede ocasionar una serie de problemas durante la etapa crucial del desarrollo de los jóvenes. Estos jóvenes sufren problemas de salud, sociales, de aprendizaje y de comportamiento.

Los adolescentes de hoy en día están fumando una marihuana más potente que la que sus padres pueden haber conocido y están comenzando a una edad cada vez más temprana durante los años críticos del desarrollo cerebral. Hay mucha evidencia que indica cómo la marihuana daña la salud mental de los adolescentes. La marihuana puede tener consecuencias cerebrales a largo plazo, incluyendo cambios en su funcionamiento.

Un estudio reciente sobre el consumo abundante y crónico durante la adolescencia lo asocia con un peor rendimiento en las tareas de pensamiento, velocidad psicomotora más lenta y disminución de la atención compleja, memoria verbal y capacidad de planificación. Estos efectos eran evidentes un mes después de haber dejado de fumar marihuana. A pesar de recobrar parcialmente el funcionamiento de la memoria verbal 3 semanas después de haber dejado de usar marihuana, la capacidad de atención compleja aún estaba sufriendo su efecto.

Otro estudio encontró que los adolescentes y los adultos jóvenes que usan mucha marihuana tienen más probabilidad de tener desarrollo cerebral perturbado y anormalidades en las áreas del cerebro que rigen la memoria de interconexión, atención, toma de decisiones, lenguaje y funciones ejecutivas.

RIESGOS, COSTOS Y CONSECUENCIAS LEGALES DEL ABUSO DE DROGAS Y ALCOHOL

Comportamiento riesgoso

- Cada año mueren aproximadamente 5.000 personas menores de 21 años a causa del alcohol. Las muertes se deben a accidentes vehiculares, homicidio, suicidio y otras heridas.
- El consumo de bebidas alcohólicas por parte de los menores de edad aumenta el riesgo de llevar a cabo o ser víctima de un asalto físico o sexual.
- El alcohol también juega un papel en el comportamiento sexual riesgoso de los adolescentes, aumentando la probabilidad de embarazo y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) (uno de cada 4 adolescentes tiene una ETS), incluyendo el VIH/SIDA.
- El consumo de alcohol por parte de los jóvenes afecta su habilidad de tomar decisiones, llevándolos a pensar que no es malo conducir ebrio o ser pasajero en un carro manejado por una persona ebria. En el 2012 en el condado de Gunnison, el 18% de los niños de los grados 6-12 reportó haber sido pasajero en un carro manejado por una persona ebria y el 7% reportó haber conducido después de beber alcohol.

Costos asociados con el consumo de alcohol y drogas por parte los menores de edad

- El consumo de alcohol por parte los menores de edad le costó \$1.2 billones a Colorado en el 2010.
- Colorado ocupa el décimo lugar entre los 50 estados en costo por cada joven que bebe siendo menor de edad.
- En el 2009 los menores de edad consumieron el 16.9% del alcohol vendido en el estado, con un total de \$397 millones en ventas a menores.
- Cada año hay más niños que reciben tratamiento por un diagnóstico de dependencia de marihuana, que de todas las demás drogas combinadas.
- En Colorado las muertes producidas por el abuso de opioides aumentaron de 180 en el año 2000 a 373 en el 2008 (más que el doble).
- En el 2008, 562 personas murieron por abusar de drogas que deberían ser obtenidas bajo receta médica, comparado con 173 personas que murieron en accidentes relacionados con la ebriedad (3 veces mayor).

Es en contra de la ley suministrar alcohol a los menores de edad y también es en contra de la ley que los menores consuman alcohol.

- La ley de Colorado dice que es un crimen suministrar alcohol a los

menores de edad. El incumplimiento de esta ley es un delito menor clase 2 (class 2 misdemeanor) multado con un máximo de \$1.000 y/o 3 a 12 meses de cárcel.

- En la ciudad de Gunnison ahora también es ilegal que los adultos permitan que haya fiestas de menores de edad en sus hogares sabiendo que habrá alcohol. Esto se castiga con multas y/o cárcel.
- Es ilegal que una persona menor de 21 años posea alcohol, excepto si su padre o madre está presente y de acuerdo. Su incumplimiento incluye multas, servicio comunitario y educación sobre el alcohol.
- Es ilegal que una persona menor de 21 años compre o intente comprar alcohol. Es un delito menor clase 2 (class 2 misdemeanor) cuyo castigo puede incluir multas y/o cárcel.
- Si un menor de edad está bebiendo mientras maneja se le puede suspender la licencia de conducir por 1 año.
- Manejar bajo la influencia del alcohol (DUI por sus siglas en inglés) puede costar hasta \$10,000 en honorarios legales y otros gastos. Este costo es tanto para los adultos como para los menores de edad que conducen ebrios.

COSTOS ASOCIADOS CON UN PRIMER DUI



Centro de desintoxicación	\$455
Remolque de vehículo	\$143
Almacenamiento de vehículo	\$90
Cargos de la cárcel (\$10-\$50).....	\$30
Fianza	\$150
Multa por primera condena (\$600-\$1,000)	\$800
Fondo de asistencia para las víctimas	\$78
Fondo de compensación para las víctimas	\$33
Fondo de asistencia para la policía	\$90
Cargos por supervisión de servicio comunitario	\$60
Cargo adicional por PDD (\$50-\$500)	\$275
Cargos para el fondo para las lesiones cerebrales.....	\$15
Cargos por la prueba química (\$30-\$150).....	\$90
Costos de la corte	\$26

Abogado defensor	\$2,500
Evaluación de tratamiento sobre el uso de alcohol.....	\$200
Clases de la educación sobre el uso de alcohol (\$150-\$1,000)	\$575
Cargos de supervisión de la corte (hasta \$1,200)	\$600
Cargo del panel por las víctimas del impacto.....	\$25
Renta del medidor de alcohol para el vehículo (\$480-\$1,460)	\$970
Restitución de la licencia	\$95
Examen para una nueva licencia	\$21
Aumento en las tazas del seguro de carro	\$3,000*

*Estimado para conductores entre los 21-24 años

TOTAL \$10,270

MÁS ALLÁ DE SU BOLSILLO:

Perdida de la libertad
 Perdida de licencia
 Posible pérdida del trabajo
 Tiempo en la cárcel
 Posible pérdida de ser ciudadano
 Vidas perdidas

RECURSOS LOCALES

Prevención e Información General

GCSAPP (el grupo que trabaja en la prevención del consumo y abuso de drogas y alcohol en nuestra comunidad): 970-642-7396 / www.gcsapp.net

Tiene información sobre la prevención del uso de drogas y alcohol, ideas para padres, y la coalición de la comunidad.

Salud Pública del Condado de Gunnison: 970-641-0209

Recursos y kits para ayudar a los jóvenes a dejar de fumar.

Centro de Prácticas de Restitución (Center for Restorative Practices): 970-641-7668

Mediación para las familias, mediación en la escuela, terapia de grupo en las escuelas sobre el abuso de drogas y alcohol, derivaciones y tratamiento.

Gunnison Country Partners: 970-641-5513 / www.gunnisonmentors.com

Tutoría y apoyo para los jóvenes.

Asociación para el uso responsable de alcohol de Western (WRAP por sus siglas en inglés: Western's Responsible Alcohol Partnership): 970-943-2500

Organización de la Universidad local donde se hacen derivaciones para la prevención y la intervención.

Intervención y Tratamiento

Alcohólicos Anónimos:

Las juntas en Gunnison son en "The Last Resort", 114 N. Wisconsin Ave, 970-641-6056.

En Crested Butte en la iglesia de la Congregación 403 Maroon Ave: 970-349-6405.

Centro de Salud Mental: 970-641-0229

Asesoramiento psicológico, tratamiento y derivación para el abuso de drogas y alcohol.

FAST (Family Advocacy and Support Team— programa comunitario que promueve Familias Seguras, Sanas y Exitosas): 970-641-7665

Programa intensivo de apoyo del Condado de Gunnison.

Breve Encuesta y Asesoramiento sobre el Abuso de Drogas y Alcohol con la Opción de Derivación (SBIRT por sus siglas en inglés): 970-596-2661

Clínica médica en Western State Colorado University Clinic.

Otros recursos en la comunidad

Concejo de la infancia temprana de Gunnison (ECC por sus siglas en inglés): 970-641-7978

Recursos para padres y niños pequeños.

Centro de Apoyo Confidencial (Confidential Advocacy Center): 970-641-2712

Servicios para víctimas de violencia.

Oficina Multicultural: 970-641-7999

Servicios para familias inmigrantes y/o que no hablan inglés.

Nurturing Parent Program (Programa enfocado en la crianza de los hijos con amor):

970-642-4667. Programa de entrenamiento para padres de niños pequeños.

Safe Ride (Servicio de transporte nocturno): 970-209-7433.

Llevar a las personas a casa si no están en condiciones de manejar.

OPORTUNIDADES PARA LA PARTICIPACIÓN DE LOS JÓVENES

CHOICE PASS! (PASES POR ELECCIÓN PROPIA)

Este programa invita a todos los estudiantes de los grados 6 a 12 del Valle de Gunnison a recibir descuentos en la compra de una variedad de pases a cambio su promesa de seguir un estilo de vida sano, sin usar drogas y alcohol durante el año escolar.

Como parte del programa Choice Pass, GCSAPP y su equipo de colaboradores ofrecen a los estudiantes que participan en este programa una variedad de eventos y actividades que promueven la salud, bienestar, y actividades positivas en nuestra comunidad.

El programa Choice Pass tiene expectativas para los jóvenes y sus familias, esperando que los jóvenes participen en eventos organizados donde tienen la oportunidad de aprender, sintiéndose dueños y orgullosos del programa. Los estudiantes deben tomar una prueba de saliva al comienzo de programa y estar dispuestos a realizar pruebas al azar durante la temporada. Si fallan la prueba pierden su pase y tienen la opción de tomar clases y asesoramiento profesional para otra vez ganar el privilegio de tener un pase.

Los estudiantes interesados deben atender la orientación del programa con sus padres, donde se explican claramente las bases y expectativas del programa, firman los formularios y reciben su Choice Pass. Puede visitar la página web ChoicePass.org para obtener más información.



CRESTED BUTTE

Concejo Juvenil de Crested Butte

Bajo el liderazgo de GCSAPP y el apoyo del Gobierno local de Crested Butte los estudiantes formaron el Concejo Juvenil de Crested Butte a principios de 2010. Compuesto por representantes y un cuerpo general, el Concejo trabaja en tres ámbitos comunitarios:

Servicio Comunitario

Los miembros del concejo trabajan con la comunidad en proyectos de servicio y colaboran con organizaciones que realizan servicios comunitarios, como por ejemplo, la limpieza del pueblo, deportes para personas discapacitadas, el museo y el Centro de las Artes.



Gobierno Local

El concejo juvenil trabaja con el intendente sobre objetivos comunes para promover

la participación juvenil, buscando opciones saludables para los jóvenes y promoviendo actividades para jóvenes que no incluyan el uso de drogas y alcohol.

Fortalecimiento Juvenil

Siguiendo los intereses y necesidades de los jóvenes, el concejo planifica eventos para estudiantes de la escuela media y secundaria, tales como conciertos y bailes no sólo para el entretenimiento de los jóvenes del área, sino también para promover oportunidades donde no haya consumo de drogas y los adultos puedan consumir alcohol de manera responsable.

GUNNISON

CREW

Es una coalición de jóvenes formada en Gunnison en el verano del 2013. La misión de C.R.E.W es guiar a los adolescentes a tomar decisiones positivas y alentarlos a lograr su potencial. Por medio de Opciones, Razonamiento, Compromiso y Sabiduría (estas palabras, en inglés, forman el nombre de este grupo, C.R.E.W) los jóvenes pueden ser sanos, estables y ser miembros productivos de la comunidad. C.R.E.W está abierto para todos los estudiantes de la escuela secundaria y para adultos jóvenes. Si necesita más información por favor contacte a GCSAPP llamado al (970) 642-7396 o enviando un correo electrónico a contact@gcsapp.net.



Grupos de Niños Latinos y Niñas Latinas

Niños y niñas latinos se reúnen separadamente una vez por semana durante el año escolar y durante las vacaciones de verano para tener la oportunidad de ocuparse con actividades y discusiones positivas, centradas en la comunidad, cultura, y participación. Están dedicados a compartir sus raíces latinas con sus compañeros y la comunidad. Estos grupos están abiertos a todos los jóvenes de la escuela media (middle school) que quieran participar. Se centran en establecer relaciones, conectarse y usar sus recursos, aprender sobre la competencia sana, las emociones, la intimidación (bullying), la importancia de formar parte de clubes y hacer deporte, y en la importancia de la educación y de ser buenos alumnos.

El grupo (según lo definieron sus miembros) se mantiene unido por sus integrantes, quienes le dan valor al compañerismo y al trabajo en equipo para aprender, respetar a los demás, tener pensamientos positivos, escuchar al prójimo, tener sentido del humor y ser honestos y leales a todas las comunidades y culturas.

El guía del grupo de muchachos es Jesse Cruz y está auspiciado por FAST (el programa comunitario que promueve Familias Seguras, Sanas y Exitosas) mientras que el grupo de muchachas lo dirige Kritina Herron y está auspiciado por la escuela Media de Gunnison. Estos grupos también colaboran con profesores y estudiantes del Grupo Amigos de Western State Colorado University para organizar eventos, reuniones y visitas a la Universidad.

Si quiere más información envíe un correo electrónico a mdougherty@gunnisoncounty.org o jcruz@western.edu.

El Programa Partners (Compañeros)

La misión del Programa de Partners de Gunnison es promover el desarrollo sano de los niños y jóvenes por medio de la tutoría individual y de servicios de apoyo. Partners es de la opinión que todos los niños merecen un tutor (mentor).

Este programa tiene voluntarios que actúan como compañeros, mentores, o tutores de los niños y jóvenes que han sido derivados al programa. Estos tutores dan apoyo, aliento, consejo, amistad, y un ejemplo positivo a niños de 6 a 17 años de edad. Partners también ofrece un programa de verano para niños de 6 a 11 años, donde cultivan atributos para ser líderes.

Se ha demostrado que esta relación de compañerismo entre un adulto y un joven es una herramienta valiosa para que los jóvenes y niños logren su potencial. También se ha visto que todo niño necesita cuatro modelos positivos en su vida para convertirse en un adulto exitoso. Los jóvenes que tienen un mentor tienen mejor asistencia en la escuela, mayor probabilidad de ir a la universidad y mejor actitud hacia la escuela que los jóvenes que no tienen uno. La probabilidad de faltar a la escuela sin tener una excusa válida es del 52% menor para los jóvenes que se reúnen habitualmente con su mentor.

Los jóvenes que tienen un mentor tienen menor probabilidad de comenzar a usar drogas y alcohol (46% y 27%, respectivamente) comparado con sus compañeros de clase que no tienen mentores.

El Programa Partners ayuda a más de 325 jóvenes por año con mentores y con oportunidades de desarrollo de liderazgo en Gunnison, Lake City y Crested Butte.



GUÍA INFORMATIVA DE LAS DROGAS PARA LOS PADRES

GUÍA INFORMATIVA DE LAS DROGAS PARA LOS PADRES

Habla Con Tus Hijos.™.org

THE PARTNERSHIP™
AT DRUGFREE.ORG

           											
Alcohol		Analgésicos de receta médica		Cocaína/Crack		Cristal Meth		Esteroídes		Estimulantes con recetas	
Alcohol, Tago		Codeína, Oxycodona, Vitamina V, Percodán		Coca Nueva, Polvo, Perlas, Perico, Mujer		Metanfetamina, Cristal, Vidrio, Tiza, Hielo, Meta		Testosterona, Jugo, Carateno del gimnasio		Rosa, A, Ritalin, Desferina, Caballo de copas, Cocaína de mitos, Vitamina R	
Bacae		Oxetene, Oxycotin (Oxycotin), Percocet (Vibex, Vitamin V)		Big C, Blow, Bump, Coke, Moose Candy, Rock, Snow		Ice, Chalk, Crack, Crystal, Big Grass, Meth, Speed		Jugo, Prohols, Steroids, Pumpers, Gym Candy		Adderall	
(en inglés)										Adam, Bean, Roll	
Líquido (cerveza, vino, licores)		Tabletas y cápsulas		Polvo blanco, fino y cristalino, trozos que parecen jabón, piedra blanca o astillas de porcelana		Polvo de cristales blancos o amarillentos transparentes parecidos a pedazos de piedra		Tableta, líquido, gel y crema		Tabletas y cápsulas	
¿Cómo se consume?		Se bebe o inyectado		La cocaína se inhala o se inyecta, el crack se fuma		Via oral, inyectado o fumado		Via oral, se inyecta o se aplica a la piel		Via oral, inyectado o inhalado	
¿Para qué lo usan?		Diversión		Alta euforia directa del bolicón de la casa		Sensación intensa y rápida de poder y energía		Incrementa la actividad y sensación de euforia. Se puede estar despierto por días.		Mejor desempeño atlético y apariencia física	
Peligros		Puede causar depresión respiratoria y muerte		Ataque al corazón, infartos. En casos raros puede causar la muerte en el primer intento.		Puede causar paranoia, delirio, alucinaciones, comportamientos violentos, insomnio e infarto		Desarrollo de senos en hombres, Vello facial y voz anormal, falla cardiovascular, ataque cardíaco y cerebral, acné.		Temperaturas corporales elevadas, pubilicaciones anormales, falla cardiovascular, colapso fatal	
Uso entre adolescentes hispanos		1 de cada 2 adolescentes bebió alcohol el año pasado		1 de cada 5 adolescentes ha abusado analgésicos		1 de cada 6 adolescentes ha probado cocaína		1 de cada 9 adolescentes ha consumido cristal meth		1 de cada 14 adolescentes del 8º grado consumió esteroídes el año pasado	
Señales de abuso		Dificultad al hablar, falta de coordinación, náuseas, vómitos y resacas		Aparecen y desaparecen frascos de medicina en el botiquín, dificultad para comer y dormir.		Nerviosismo, inquietud, excitación, sangrado de nariz		Nerviosismo, llagas y otras afecciones, falta de apetito, incapacidad para dormir		Crecimiento prematuro muscular acelerado, rasgos masculinos en mujeres, y temblores en hombres. Inhibición extrema.	
Datos Importantes		El alcoholismo es una adicción y los hijos de tan peligrosos adictivos y fatales como la heroína		Una de las drogas más adictivas y peligrosas		Es altamente adictivo. Pone a los niños en gran riesgo y perjudica el medio ambiente.		El abuso durante la pubertad causa problemas físicos y puede retrasar el crecimiento		Se usa para mantenerse alerta antes de un examen o para bajar de peso	

El Proyecto de Prevención del Abuso de Drogas y Alcohol del Condado de Gunnison (GCSAPP por sus siglas en inglés) actualmente recibe fondos del gobierno federal Drug Free Communities (Comunidades Sin Drogas), quien a su vez recibe fondos del President's Office of National Drug Control Policy (la oficina del Presidente que se dedica a la prevención del uso de drogas) y también de Mental Health Services Administration (SAMHSA) (la oficina de salud mental dedicada a la prevención del abuso de drogas y alcohol). También recibe fondos locales y estatales.

En el verano del 2006, el proyecto comenzó gracias a un subsidio de Colorado Prevention Partners. En ese momento se formó una coalición de residentes, profesionales y jóvenes quienes, trabajando a nivel local, aspiran a producir cambios positivos en nuestro valle. El grupo pasó por el proceso de formación de coaliciones SPF-SIG que incluía la planificación hasta la evaluación, la creación de capacidad, planificación, ejecución, evaluación y sostenibilidad.

Esta coalición es un grupo influyente, representado por varios sectores del Valle de Gunnison, incluyendo los Comisionados, Distrito Escolar de Gunnison, Policía de Gunnison y Crested Butte, Departamento de Servicios Humanos, Tribunal del Distrito y Municipal, Salud Mental, Universidad (WSCU), Hospital, Partners, GARP y varios miembros de la comunidad.

Todos los esfuerzos se enfocan en la reducción y prevención del abuso de drogas y alcohol usando información científica corriente y prácticas basadas en la evidencia.

