



Maine Source

Tips and Talk About Raising Healthy Youth in Maine Township

Primavera 2011

MCYAF y El Departamento de Policía empiezan la campaña "Parents Who Host Lose the Most"

Los departamentos de policía de Des Plaines, Park Ridge y Niles empiezan la campaña **Parents Who Host Lose the Most** en Mayo, justo a tiempo para la temporada de prom y graduación. Cada año, la campaña es parte del esfuerzo nacional de que los padres no sean anfitriones en su casa, ofreciendo alcohol a sus hijos y sus amigos que son menores de edad. Abra banderas y letreros en los negocios locales para recordar a los padres que no sean anfitriones para fiestas con jóvenes tomando alcohol.



"Queremos que nuestros jóvenes estén sanos," dijo el Jefe de Policía Jim Prandini. "Nosotros esperamos que los padres entiendan que jóvenes tomando alcohol no es un rito de iniciación, y ofreciendo

alcohol a los jóvenes no es aceptable. No es sano, es peligroso y ilegal que los menores de edad tomen alcohol. Su cerebro no está completamente desarrollado, y el alcohol afecta sus cuerpos y su juicio diferente que un adulto. También queremos evitar manejando bajo a influencia de alcohol. Quitándole las llaves no es un buen plan para prevenir peligro. Limitando el acceso a alcohol es una manera mejor," dijo Prandini.

Para prevenir el uso de alcohol entre los menores de edad, el avisa a los padres que no sean anfitriones de las fiestas con alcohol y que no permitan a que sus jóvenes atiendan fiestas donde abra alcohol. Si es necesario, ponga candado a todo su alcohol en la casa.

"Nosotros le sugerimos a los padres que se comuniquen con otros padres para asegurar que las fiestas son libre de alcohol y que estén supervisadas. Si algún padre es anfitrión, asegúrese que alcohol no será parte de la fiesta y que el alcohol no sea permitido dentro de la casa por su joven, sus amigos u otro miembro de la familia," dijo Prandini.

Según la encuesta del estado del 2010 (IYS), los jóvenes en el Township de Maine dicen que las 3 fuentes mas populares que ellos obtienen alcohol es en una fiesta o

de un amigo (16%); un hermano, los padres, un desconocido o otro adulto con permiso(13%);o sus padres o otro adulto sin permiso (7%).

En Illinois, es ilegal para un padre, con reconocimiento, que permita a un menor de edad que consuma alcohol. También, padres podrán ser responsables si el menor de edad se haga daño el mismo, a otra persona, o daños de propiedad por causa tomar alcohol.

Personas que sepan de una fiesta en que jóvenes estén tomando alcohol, pueden llamar a la policía al 9-1-1. MCYAF es un patrocinador de la **Campaña de Parents Who Host Lose the Most**, que significa "Los Padres que son Anfitriones Pierden Mas"

Que Hay Para la Cena?



Carne con Papas? Sopa y Ensalada? Si su respuesta es "una conversación con mis hijos" ... muy bien! Usted no esta solo.

Por ejemplo, es típico que en una semana, 72% de los estudiantes en las escuelas de Maine de 9 grado y 65% de los estudiantes del 12 grado cenan con sus padres 3 días de la semana o mas.² Cuando se preguntan Que hay para la Cena, es tan importante la comida que platicar con sus hijos cuando se sientan a comer.

En un artículo de Agosto 2010 del Chicago Tribune, Profesor de Sociología Bradford Wilcox de la Universidad de Virginia dijo, "Estudios indican que cuando las familias cenan juntos, los jóvenes tienen comportamientos mas saludables y positivas, incluyendo mejores grados académicos, menos probabilidades de pensamientos suicídales, y evitar cigarrillos, alcohol y drogas."

Hacer tiempo para las platicas familiares tal vez sea lo que prepare para la cena esta noche.

² Fuente: 2010 Encuesta del Estado (IYS), N=5048



MCYAF: Margaret Polovchak, Director
2720 S. River Rd. Suite 128, Des Plaines, IL 60018
(847) 858-7090
margaret@mcyaf.com

Maine Source Newsletter
Editor/Designer: Cheryl B. DeYoung
Translator: Wendy Prado

Newsletter paid for by MCYAF through a grant from ONDCP, SAMHSA, IL Dept of Human Services and/or Park Ridge Rotary



Que hay dentro de su gabinete de medicina?



Algunos jóvenes están abusando las medicinas recetadas y sin receta medica. Estas drogas incluyen calmantes o analgésico, como los que recetan después de cirugía; depresivos, como pastillas para dormir; y estimulantes, como los que recetan para la desorden de hiperactividad (ADHD). Jóvenes podrán abusar de las medicinas sin receta, como medicinas para la tos y la gripa.

Según la Encuesta de Illinois (IYS)¹, 15% de estudiantes del 8 y 12 grado en Maine Township dicen que han usado medicinas sin receta, como medicina de la tos, una o mas veces en el ultimo año con el propósito de endrogarse. También, 3% de estudiantes de 12 grado han usado esteroides y/o estimulantes sin receta de un doctor, y 5% del mismo grupo ha usado un calmante (Valium, etc) y/o otras medicinas (como OxyContin) una o mas veces el los últimos 12 meses.

Pasos para Limitar el Acceso de las Drogas

Piense en su casa. Cuales medicinas con receta y sin receta tiene usted? Donde las guarda? Se daría cuenta si algunas medicinas le faltan? Usted puede seguir estos pasos para limitas el acceso de las drogas y ayudar a su mantenerse libre de drogas.

1. Salvaguarde todas las medicinas en su casa. Observe las cantidades y controle el acceso.
2. De reglas claras sobre el uso de drogas, incluyendo no compartir medicina y siguiendo las ordenes del doctor.
3. Sea un buen modelo a imitas con siguiendo las mismas reglas con sus propias medicinas.
4. Deseche las medicinas expiradas o las que no usa apropiadamente.
5. Hable con su joven sobre los peligros de abusando medicinas con y sin receta. Son drogas muy poderosas y cuando las usan con otros propósitos pueden causar danos tan poderosos como las drogas ilegales. Dígale a su joven que no vale la pena.

Peligros de Abusar Medicinas

Subida de presión y ritmo cardiaco	Problemas con respirar
Danos al cerebro y otros órganos	Ataques de apoplejía
Sobredosis accidental y envenenamiento	Muerte
Dependencia física y adicción	Riesgos asociados con mezclar drogas y combinar con alcohol

Signos Posibles de Abuso

Algunos signos que su hijo puede estar abusando medicamentos con o sin receta incluye pupilas angostas, palabras arrastradas o incoherentes, o piel rosada. Otros síntomas varían, pero ponga atención en cambios de personalidad, irritabilidad, energía o cansancio en exceso, sudor, perdida de apetito, se le olvidad las cosas fácilmente o torpezas.

Para mas información, siga la pagina: http://www.mcyaf.com/media/pdfs/prescription_abuse_brochure.pdf

Día de Desechar las Medicinas

Para prevenir el abuso de sustancias, MCYAF estará patrocinando el evento Día de Desechar las Medicinas el 30 de Abril. El evento es para coleccionar medicinas (con o sin receta) expiradas, medicinas que no usan o que no quieren al Departamento de Policía de Des Plaines, Park Ridge y Niles. Abra otro Día de Desechar en el Otoño.

El Mensaje se Queda Pegado

El 13 de Abril, 80 jóvenes con adultos participaron el **Proyecto Sticker Shock**. Con varias actividades, 24 equipos visitaron 47 tiendas en el Township de Maine colocando 5000+ etiquetas a bebidas alcohólicas recordándole a los adultos que es ilegal y peligroso comprar y dar alcohol a los menores de edad. Gracias a todos los jóvenes y adultos voluntarios!

