

LO QUE FUNCIONA

¡Hagamos menos el alto riesgo del menor de edad del Condado de Washington por consumir alcohol!

La prevención efectiva contra tomar alcohol con alto riesgo de peligro (es decir, en exceso, desmedidamente y por menores de edad) incluye estrategias de implementación múltiple y diversa, simultáneamente, a fin de hacer menos las oportunidades para que la juventud caiga en conductas de beber que resulte en un alto riesgo. La clave es analizar las condiciones del ambiente local que pudieran contribuir a que los menores tomen desmedidamente; por ejemplo, disponibilidad de alcohol, percepción de daños, consecuencias y riesgos por beber alcohol, y las normas comunitarias respecto al alcohol, así como las percepciones y creencias subjetivas tanto de jóvenes como de adultos.

Específicamente, de acuerdo a la encuesta del 2012 sobre el bienestar del estudiante de Oregon en el Condado de Washington:



- 42% de estudiantes del 8^{vo} grado y 68% del 11^{vo} grado reportan que es “fácil” o “muy fácil” obtener alcohol.
- 42% de alumnos del 8^{vo} grado y 45% del 11^{vo} perciben sólo un riesgo mínimo por tomar “una o dos bebidas alcohólicas casi a diario...” (Encuesta del bienestar del estudiante de Oregon, año 2012).
- 20% de estudiantes del 8^{vo} grado y 29% del 11^{vo} grado reporta haber tomado al menos una bebida alcohólica durante los últimos 30 días.
- 8% de estudiantes de 8^{vo} grado y 15% del 11^{vo} grado reportan haber tomado 5 ó más bebidas alcohólicas al hilo (es decir, en menos de un par de horas).

¿SABÍA UD?

Aunque es ilegal, los menores de edad (de 12 a 20 años) toman un 11% del alcohol que se consume en los EE.UU.

90% del alcohol que consume el menor de edad lo hace estilo desmedido (“binge” en inglés), o sea, 5 ó más tragos al hilo para varones, 4 ó más al hilo para mujeres).

En 2010 hubo aprox. 189,000 visitas a la sala de urgencias por parte de menores de 21 años debido a sus lesiones relacionadas al alcohol.

La mejor intervención es la que coordinan escuela, familia y programas comunitarios.

El blanco y el esfuerzo preventivo: evitar que la juventud empiece a tomar alcohol.

... en su vida

La **BUENA NOTICIA** es que la juventud del Condado de Washington reporta asimismo una variedad de factores protectores que disminuye el índice de alto riesgo por tomar alcohol entre los jóvenes (según la Encuesta del bienestar del estudiante, 2012 (*'Student Wellness Survey'*)):

- 94% de estudiantes del 8^{vo} grado y 85% del 11^{vo} grado informa que sus padres sienten que es “malo” o “muy malo” que tomen alcohol de manera regular.
- 68% de alumnos tanto del 8^{vo} como del 11^{vo} grado reporta que ha hablado con uno de sus padres al menos una vez sobre los peligros del tabaco, el alcohol, o las drogas.
- 89% de estudiantes del 8^{vo} grado y 82% del 11^{vo} reporta que sus padres saben dónde andan y con quién andan cuando están fuera de casa.
- 85% de alumnos del 8^{vo} grado y 90% del 11^{vo} informa haber tenido oportunidades de participar en otras actividades tales como deportes y clubes.

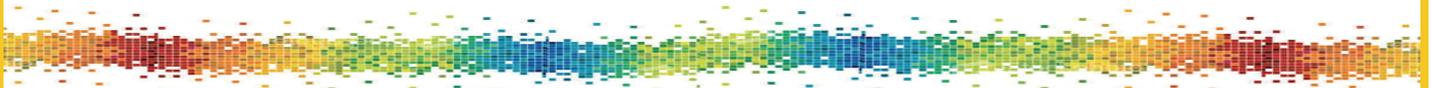
¡HAGAMOS MÁS!

Estrategias comprobadas que funcionan al abordar el problema del alto riesgo por consumo de alcohol en menores de edad:

- Aumentar las multas por violación de las leyes sobre la edad mínima para tomar, por facilitar alcohol a menores, incluso el sitio (como en casa) donde el, o la, joven pueda tomar.
- Reducir mediante una mayor presencia policiaca la tolerancia de la comunidad respecto a que la juventud tome alcohol, mientras que a la vez se eduque a los adultos, padres y a la juventud misma sobre los riesgos de corto y largo plazo como consecuencia del alcohol entre menores de edad.
- Disminuir la bebida impulsiva y desmedida así como la disponibilidad del alcohol a los jóvenes mediante capacitación y enseñanza en restaurantes bares a quienes sirven bebidas; que los vendedores cumplan y acaten las leyes pro menores de edad; supervisar como adultos; encerrar bajo llave las bebidas alcohólicas en casa.
- Fortalecer las sociedades comunitarias para mejorar procedimientos, políticas y esfuerzos por hacer cumplir la detección y poner alto a las fiestas donde los menores tomen alcohol u ofrecer alcohol como anfitrión social, o conducir bajo la influencia de éste (*'DUI'*).
- Campañas comunitarias para aumentar el conocimiento de factores de riesgo o de protección, y asimismo, abordar malos entendidos acerca del alcohol entre los menores de edad.

Si bien todo uso del alcohol entre la juventud crea un problema que *puede resultar peligroso o letal*, es importante saber que: **¡la mayoría de los jóvenes del Condado de Washington están optando por no tomar! 84% de los alumnos del 8^{vo} grado y 71% del 11^{vo} informa que no tomaron (o tomaron menos de una bebida alcohólica) durante los últimos 30 días.**

Prevention Matters! está haciendo mancuerna y formando socios con coaliciones locales de alcohol y drogas, escuelas y agencias policiales a fin de mejorar las estrategias del medio ambiente y de las prácticas más efectivas que respalden los esfuerzos para reducir el uso de alto riesgo de alcohol entre menores de edad y adultos jóvenes. El presente ejemplar de **'PM!'** recalca algunos de estos esfuerzos.



ESFUERZOS LOCALES DE PREVENCIÓN



El cuerpo especial de Forest Grove/Cornelius para la prevención de abuso de sustancias en la juventud ha lanzado su nueva campaña pública de conciencia cuya meta es prevenir que los menores de edad tomen.

Dicha campaña se construye sobre los resultados de la encuesta pro bienestar del estudiante de Oregon, efectuada en 2012. La encuesta contempla las actitudes, inclinaciones y conducta en torno a los menores de edad que toma y se vio que la mayor parte de la juventud toma buenas decisiones y tiene concepto saludables en contra del alcohol.

Es interesante que la encuesta muestre que el adolescente a menudo mal interpreta las normas de su comunidad tocante al alcohol. De hecho, los jóvenes quizá recalquen drásticamente lo prevalente que es el uso de alcohol entre sus compañeros y es una idea errónea que puede conducir a

un mayor riesgo de alcoholismo juvenil –los jóvenes que creen que la demás juventud toma, son más susceptibles a tomar también. Vendedores de café en Forest Grove y Cornelius han aunado esfuerzos con grupos locales para ofrecer tanto a adultos como jóvenes información confiable sobre la percepción y uso del alcohol, con datos adecuados para su edad. B.J.s Coffee, Dutch Bros. Coffee, The Human Bean y McDonald's han colocado en posters y camisetas mensajes positivos que, pese a lo que algunos creen, la mayoría de los jóvenes toma decisiones saludable contra el alcohol. Hay otros socios que asimismo están uniéndose a estos mensajes y alicientes positivos a través de las redes sociales.

¡Sea la mayoría con sabiduría!



73%

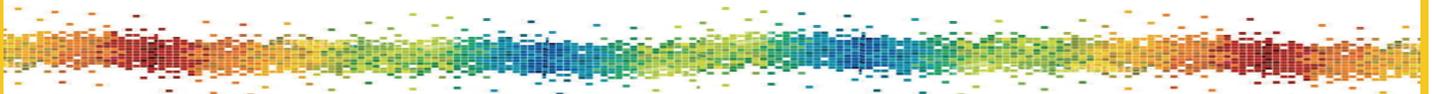
de adultos en Oregon
NO aprueba que la
juventud tome alcohol.

Normas positivas de la comunidad de Oregon, encuesta 2012
www.co.washington.or.us/prevention

La iniciativa de 'Prevention Matters' está creando una campaña a nivel nacional de alcance a adultos y padres de familia de menores de edad y adultos jóvenes. Lo que se intenta hacer es anunciar,

precisamente, que la mayoría de los adultos rechaza que los menores de edad tomen alcohol y que en sus hogares tampoco permiten que los jóvenes consuman bebidas alcohólicas. Pese al enfoque de los medios de comunicación sobre un comportamiento negativo, la verdad es que la mayoría de nosotros practica una conducta positiva que fomenta un desarrollo saludable del joven. Por ello se ha adoptado el lema, '¡Sea la mayoría con sabiduría!' y dado que desde mucho se relaciona al búho con la sagacidad, hemos puesto una hilera de estas aves para reflejar la mayoría de la gente sabia. Esperamos que esta colorida imagen atraiga y refuerce la atención sobre nuestro mensaje.

Condado de Washington: la campaña abre el 1 de julio; se verá en autobuses, bancas de calle y albergues.



... en su comunidad

CONDUCIR BAJO LA INFLUENCIA DEL ALCOHOL

El despacho del alguacil del Condado de Washington fue nombrado agencia del condado del año por hacer cumplir la pena de DUII (conducir bajo la influencia de sustancia embriagante); el diputado Josh Wilson fue premiado como instructor DUII del año a nivel estatal; y el oficial de la policía de Beaverton Matthew Kingsbury fue nombrado defensor del año del régimen DUII. El agente policial estatal de Oregon Patrick Peltier, del departamento de North Plains, fue nombrado policía estatal del año por hacer cumplir el estatuto DUII.

El departamento del alguacil del Condado de Washington dice que una de sus prioridades más importantes es hacer cumplir el programa DUII. Los diputados llevan a cabo más de 1,100 arrestos al año por conductores intoxicados. Los choques fatales causados por el alcohol han disminuido en los últimos años, según declaró dicho departamento.

"Queda mucho por hacer", dijo la agencia del alguacil, "sobre todo con el aumento de personas que conducen bajo la influencia de drogas o de medicamentos de receta."



¡Hablemos del asunto!

¿Necesita un orador? Los servicios de adicciones del Condado de Washington disponen de oradores que pueden presentar una plática a su grupo u organización acerca de adicciones y recursos. Entérese de la adicción y de los factores que contribuyen a ello. Conozca más sobre el cerebro del adolescente y del por qué nuestros hijos están bajo riesgo. Vea por qué los padres son elementos tan vitales en la 'guerra contra las drogas'. Más de 40,000 personas en este condado son dependientes de, o abusan el **alcohol o las drogas**, 10,000 tienen problemas relacionados con **juegos de azar**. Reconozcamos el poder de la adicción y veamos por qué es preferible, en primer lugar, prevenirla y no lamentarla.

Conozca los hechos. En el Condado de Washington, llame al 503-846-4903 para solicitar una presentación sobre abuso de sustancias o sobre adicciones para su grupo u organización.



“LOS 100 DÍAS MÁS FATALES”

Ya están aquí los susodichos 100 días de verano, entre el asueto de *Memorial Day* y *Labor Day*, y aunque son los de más diversión y esparcimiento del año, para los conductores adolescentes estos días también conllevan el fragor del peligro.

Estando de vacación escolar, AAA advierte que como sube el mercurio del termómetro, así también aumentan las muertes por accidentes automotrices, produciendo los “100 días más fatales” del año.

Los choques de auto son la causa principal de muerte de adolescentes en los EE.UU., cuyo índice de choques es el más alto de todas las edades. Durante el verano – cuando los conductores acumulan 20 mil millones de millas más que los demás meses del año– hay un óbito promedio de 260 adolescentes en accidentes de auto *cada mes*. Es decir, un aumento pico de 26% comparado con los otros meses del año. No sólo hay mayor probabilidad que el adolescente muera en un choque de carro sino que tienen el mayor índice de choques en los que se produce la muerte de terceros: pasajeros, peatones, o pasajeros en otros vehículos, informa AAA.

Es más, el riesgo aumenta "exponencialmente" cuando se añade al auto conducido por un joven de 16 ó 17 años otro pasajero más joven. Comparado con la reducción de riesgo de un 62% cuando hay un pasajero de 35 años o mayor en el auto conducido por un adolescente, el riesgo de morir aumenta un 44% si hay tan sólo un pasajero menor de 21 años; se duplica si hay dos pasajeros menores de 21 años; y se cuadruplica con tres o más pasajeros menores de 21 años. Véase las sig. precauciones.

Para ayudar a mantener seguros a los conductores jóvenes –así como sus pasajeros, otros conductores o peatones este verano– el Instituto de información de seguros (‘III’) recomienda:

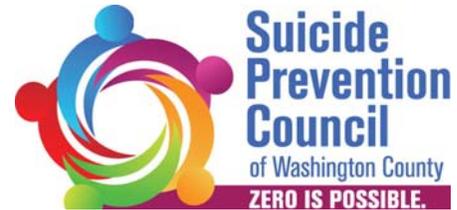
- ⇒ Escoja un **auto seguro** para su hijo(a), de fácil manejo, que ofrezca protección en caso de un choque –evite autos muy pequeños, ‘SUV’ grandes o autos de alto rendimiento deportivo.
- ⇒ Inscriba al adolescente en un **curso o escuela de manejo** o programa para conducir de manera segura; así lo prepara mejor para situaciones y desafíos que encuentre en los caminos.
- ⇒ **Hable acerca de los peligros por hablar o textear con el celular mientras conduce**, así como por **tomar drogas o alcohol**, y **formule un plan para llegar a casa** en caso que surja un impedimento para manejar el vehículo.
- ⇒ **Sea modelo a seguir**. Recuerde: si conduce alocadamente, así lo hará su hijo(a) adolescente.



FORMACIÓN DEL CONSEJO DE PREVENCIÓN DE SUICIDIO

El Consejo de prevención de suicidio ('*Suicide Prevention Council*') del Condado de Washington incluye proveedores de cuidados de salud mental, equipos de primera respuesta, educadores, religiosos, NAMI, organizaciones gubernamentales, sobrevivientes por pérdida de suicidio, agencias policiales y otros grupos de ciudadanos preocupados.

La visión del consejo es '**Cero es posible**'. Un creciente grupo de estudios sostiene que no debemos aceptar suicidio alguno en nuestro medio. Por ello apoyamos la estrategia nacional de prevención de suicidios ('*National Suicide Prevention Strategy*') de eliminar éstos y sus efectos devastadores aquí, en el Condado de Washington.



Nuestro comité se une al Dpto. de Salud Pública del condado sobre el plan comunitario de mejoras a la salud e implementa métodos en las 4 metas de la Estrategia nacional de prevención de suicidios, 2012.

La próxima reunión del citado consejo es el miércoles 11 de junio, 9-11 a.m., en 3700 SW Murray Blvd, Beaverton. ¡Todos son bienvenidos! **Comuníquese con Amy Baker al: 503-846-4575.**

CAPACITACIÓN ADICIONAL

El Dpto. de Salud Mental del Condado de Washington recibió una subvención promocional de \$60,000 con el fin de fomentar el bienestar mental en este mismo condado, iniciativa que se llevaremos a cabo durante los siguientes 18 meses a través de la expansión de nuestros actuales medios de capacitación de salud mental y de intervención en casos de suicidio; ello implica una mayor capacidad de orientación 'ASIST' ('*Applied Suicide Intervention Skills Trainings*', a saber: capacitación aplicada de habilidades de intervención para casos suicidas) que ofrece capacitación de primeros auxilios clase mental tanto para adultos como jóvenes; impartir clases tipo 'QPR' ('*Question, Persuade, Refer*' –preguntar, persuadir, referir) para hacer conciencia inclinación suicida; enseñar a fomentar consolación ante el dolor por una pérdida así como promover salud mental. En sociedad con NAMI, utilizaremos además fondos por subvención para formar grupos en nuestra comunidad de sobrevivientes de pérdidas por suicidio. Todos estos medios de capacitación se ofrecerán sin costo alguno durante el período de la subvención (salvo 'ASIST'). Recomendamos asimismo a quienes enseñen intervención en casos de suicidio que visiten el sitio 'CALM' ('*Counseling on Access to Lethal Means*' –consejería tocante a tener al alcance medios letales), la cual es una presentación en línea de capacitación gratuita.



Para más información sobre **Prevention Matters!** (¡La prevención sí importa! en español), comuníquese con Rebecca Collett:
Rebecca_collett@co.washington.or.us, 503-846-4918

Entérese de los esfuerzos del Condado de Washington sobre la prevención.
Visite nuestros sitios Internet locales de la Coalición de prevención de drogas y alcohol:

[Beaverton Together](#) • [HEY!](#) • [Tigard Turns The Tide](#) • [Tualatin Together](#)
o bien, visite el sitio Internet de [Prevention Matters](#).

