

Hello 10th Grade Parents!



We have recently begun our P.A.T.H. lessons that focus on substance use prevention. Our hope is that through these lessons, each student will make the personal decision to live a safe, healthy, and substance-free lifestyle. The P.A.T.H. lessons include the following prevention topics.

- Refusal Skill Techniques
- Risk Factors and Protective Factors
- Dangers of Alcohol, Marijuana, Vaping, and Prescription Drugs
- Fentanyl and Drug Poisoning Awareness
- Warning Signs of Substance Abuse
- Negative Impact on Personal Goals and Achievements
- Legal, Social, and Health Consequences of Substance Use and Abuse
- Seeking Help and Locating Resources

Our students will learn current facts and refusal skills regarding unsafe substances and their broad impact on overall well-being. We encourage you to discuss the dangers and consequences of substance use with your child, as parents are the primary influence in reducing at-risk behavior among youth. While teens may seek advice from peers on topics like fashion or music, they often rely on trusted adults for moral guidance. Engage in positive conversations with your child, stay informed about their friends, collaborate with other parents, and monitor their technology use.

We've included facts and resources to assist you on this parenting journey, as new trends, dangerous substances, and creative delivery methods, such as using social media to promote substance exchange, continue to emerge. We are committed to partnering with you in this endeavor. We believe that prevention education and open communication will significantly benefit the physical and emotional health of our children. We are always here for your children and are available to support you if you have any questions or concerns.

Did You Know?

- The human brain doesn't fully develop until the mid-to-late 20s. (NIH, 2023)
- Early use of alcohol is associated with other forms of substance use and abuse.
- More than 70% of people who tried an illegal drug before the age of 13 have an addiction to alcohol or drugs. (Addiction Center, 2024)
- As of February 2020, the CDC confirmed 2,807 lung injury cases or deaths associated with using e-cigarette or vaping products. (CDC, 2021)
- Prescription drug abuse is the Nation's fastest-growing drug problem and has been classified as an epidemic by the Centers for Disease Control and Prevention. (DOJ, 2023)
- Alcohol is the most commonly used drug involving sexual assaults. (DEA, 2017)
- 1 in 6 people who use marijuana before the age of 18 can become addicted. (SAMHSA, 2024)

References:

Addiction statistics. Addiction Center. (2024, April 18).
<https://www.addictioncenter.com/addiction/addiction-statistics/>

Centers for Disease Control and Prevention. (2021, August 3). *Outbreak of lung injury associated with the use of e-cigarette, or vaping, products*. Centers for Disease Control and Prevention.
https://archive.cdc.gov/www_cdc_gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html

Drug-facilitated sexual assault. (2017). https://www.dea.gov/sites/default/files/2018-07/DFSA_0.PDF

Know the risks of marijuana. SAMHSA. (2024, July 15). <https://www.samhsa.gov/marijuana>

Prescription drug abuse. Eastern District of California | Prescription Drug Abuse | United States Department of Justice. (2023, May 12). <https://www.justice.gov/usao-edca/prescription-drug-abuse>

U.S. Department of Health and Human Services. (2023). *The teen brain: 7 things to know*. National Institute of Mental Health. <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/the-teen-brain-7-things-to-know>

Helplines/Resources:

- SAMHSA (Substance Abuse & Mental Health Services)
<https://www.samhsa.gov/find-help/prevention>
- Treatment Referral Helpline.....1-800-662-HELP
<https://findtreatment.samhsa.gov/>
- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism Parenting to Prevent Childhood Alcohol Use
<https://www.niaaa.nih.gov/publications/brochures-and-fact-sheets/parenting-prevent-childhood-alcohol-use>
- Al-Anon/Alateen.....1-800-352-9996

¡Hola Padres de 10th Grado!



Hemos comenzado recientemente nuestras lecciones de P.A.T.H., que se enfocan en la prevención del consumo de sustancias. Nuestra esperanza es que, a través de estas lecciones, cada estudiante tome la decisión personal de llevar una vida segura, saludable y libre de sustancias. Las lecciones de P.A.T.H. incluyen los siguientes temas de prevención:

- Técnicas de habilidades para rechazar
- Factores de riesgo y factores de protección
- Peligros del alcohol, marihuana, vapeo y medicamentos recetados
- Conciencia sobre el fentanilo y el envenenamiento por drogas
- Señales de advertencia de abuso de sustancias
- Impacto negativo en las metas y logros personales
- Consecuencias legales, sociales y de salud del uso y abuso de sustancias
- Buscar ayuda y localizar recursos

Nuestros estudiantes aprenderán hechos actuales y habilidades para rechazar sustancias inseguras y su amplio impacto en el bienestar general. Les animamos a discutir los peligros y las consecuencias del consumo de sustancias con su hijo, ya que los padres son la influencia principal para reducir el comportamiento de riesgo entre los jóvenes. Mientras que los adolescentes pueden buscar consejos de sus compañeros sobre temas como la moda o la música, a menudo confían en adultos de confianza para la orientación moral. Involúcrese en conversaciones positivas con su hijo, manténgase informado sobre sus amigos, colabore con otros padres y supervise el uso de la tecnología.

Hemos incluido hechos y recursos para ayudarlo en este camino de crianza, ya que continúan surgiendo nuevas tendencias, sustancias peligrosas y métodos creativos de entrega, como el uso de redes sociales para promover el intercambio de sustancias. Estamos comprometidos a asociarnos con usted en este esfuerzo. Creemos que la educación preventiva y la comunicación abierta beneficiarán significativamente la salud física y emocional de nuestros hijos. Siempre estamos aquí para sus hijos y estamos disponibles para apoyarlo si tiene alguna pregunta o inquietud.

¿Sabía usted?

- El cerebro humano no se desarrolla completamente hasta mediados o finales de los 20 años. (NIH, 2023)
- El consumo temprano de alcohol está asociado con otras formas de uso y abuso de sustancias.
- Más del 70% de las personas que probaron una droga ilegal antes de los 13 años tienen una adicción al alcohol o a las drogas. (Addiction Center, 2024)
- En febrero de 2020, los CDC confirmaron 2,807 casos de lesiones pulmonares o muertes asociadas con el uso de cigarrillos electrónicos o productos de vapeo. (CDC, 2021)
- El abuso de medicamentos recetados es el problema de drogas de más rápido crecimiento en la nación y ha sido clasificado como una epidemia por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (DOJ, 2023)
- El alcohol es la droga más comúnmente usada en agresiones sexuales. (DEA, 2017)
- 1 de cada 6 personas que usan marihuana antes de los 18 años pueden volverse adictas (SAMHSA, 2024).

Referencias:

Estadísticas de adicción. Addiction Center. (2024, 18 de abril). <https://www.addictioncenter.com/addiction/addiction-statistics/>

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (2021, 3 de agosto). Brote de lesiones pulmonares asociadas con el uso de cigarrillos electrónicos o productos de vapeo. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. https://archive.cdc.gov/www_cdc_gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html

Agresión sexual facilitada por drogas. (2017). https://www.dea.gov/sites/default/files/2018-07/DFSA_0.PDF

Conozca los riesgos de la marihuana. SAMHSA. (2024, 15 de julio). <https://www.samhsa.gov/marijuana>

Abuso de medicamentos recetados. Distrito Este de California | Abuso de Medicamentos Recetados | Departamento de Justicia de los Estados Unidos. (2023, 12 de mayo). <https://www.justice.gov/usao-edca/prescription-drug-abuse>

Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (2023). El cerebro adolescente: 7 cosas que debes saber. Instituto Nacional de Salud Mental. <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/the-teen-brain-7-things-to-know>

Líneas de ayuda/Recursos:

SAMHSA (Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias)

<https://www.samhsa.gov/find-help/prevention>

Línea de Referencia para Tratamiento 1-800-662-HELP

<https://findtreatment.samhsa.gov/>

Instituto Nacional sobre el Abuso de Alcohol y Alcoholismo:

Crianza para Prevenir el Uso de Alcohol en la Infancia

<https://www.niaaa.nih.gov/publications/brochures-and-fact-sheets/parenting-prevent-childhood-alcohol-use>

Al-Anon/Alateen 1-800-352-9996