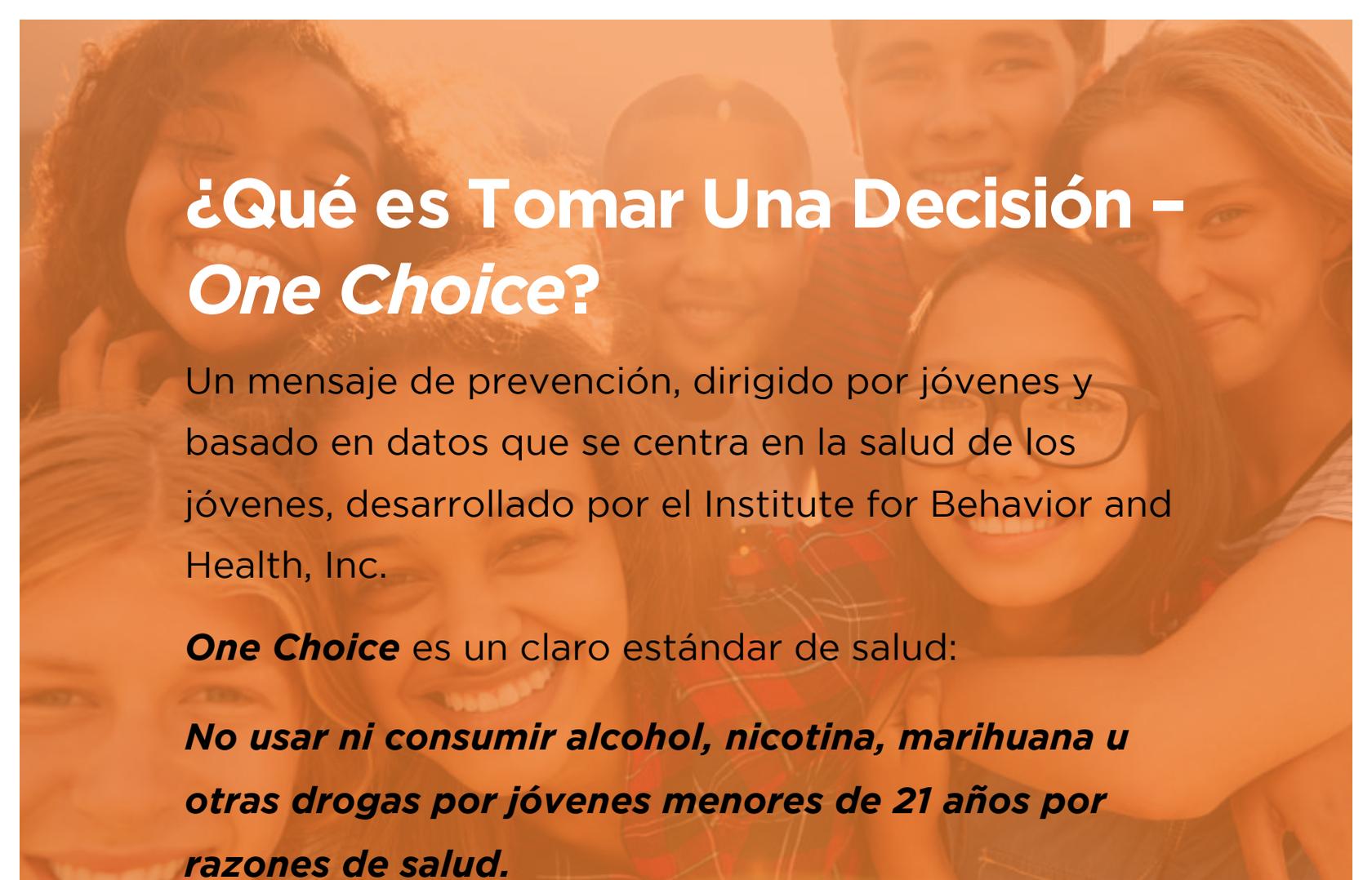




More Than Ever Before,
Youth Are
Making **ONE**
CHOICE

**Ahora Más Que Nunca, Los Jóvenes Están
Tomando Una Decisión - ONE CHOICE**



¿Qué es Tomar Una Decisión – *One Choice*?

Un mensaje de prevención, dirigido por jóvenes y basado en datos que se centra en la salud de los jóvenes, desarrollado por el Institute for Behavior and Health, Inc.

One Choice es un claro estándar de salud:

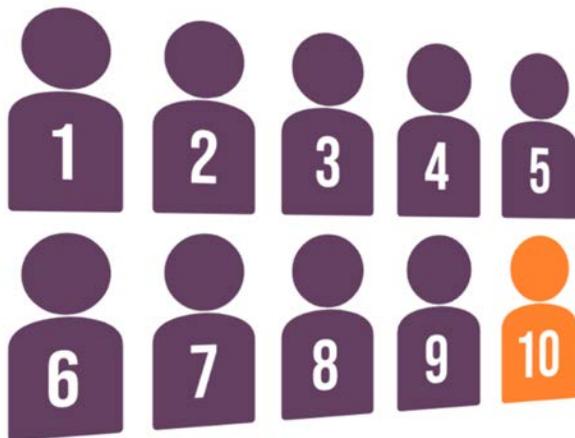
No usar ni consumir alcohol, nicotina, marihuana u otras drogas por jóvenes menores de 21 años por razones de salud.

¿Por qué *One Choice*?

- Ayuda a los padres y adultos que se preocupan a plantear las conversaciones sobre prevención del uso de sustancias dentro del contexto de la salud y el bienestar
- Promueve el autocuidado y la autonomía de los adolescentes
- Ofrece un objetivo de salud claro y útil, respaldado por la ciencia sobre el cerebro en desarrollo
- Desafía la percepción errónea de que “todos los adolescentes usan” recalcando el creciente número de adolescentes que están haciendo *One Choice*

El Cerebro En Desarrollo Es Excepcionalmente Vulnerable Al Consumo De Sustancias

El trastorno por uso de sustancias es una enfermedad de inicio pediátrico.



9 de cada 10 adultos con trastornos por uso de sustancias empezaron a usar antes de los 18 años.¹

Cuanto más temprano y excesivo sea el uso, más probable es que una persona desarrolle problemas más adelante.²



El uso de todas las sustancias pone a los adolescentes en mayor riesgo de una variedad de resultados adversos para la salud.

Para Los Adolescentes, Todo Uso Y Consumo De Sustancias Está Interrelacionado

Cuando los jóvenes usan o consumen cualquier sustancia (alcohol, nicotina o marihuana), es mucho más probable que usen las otras dos y usen otras drogas.

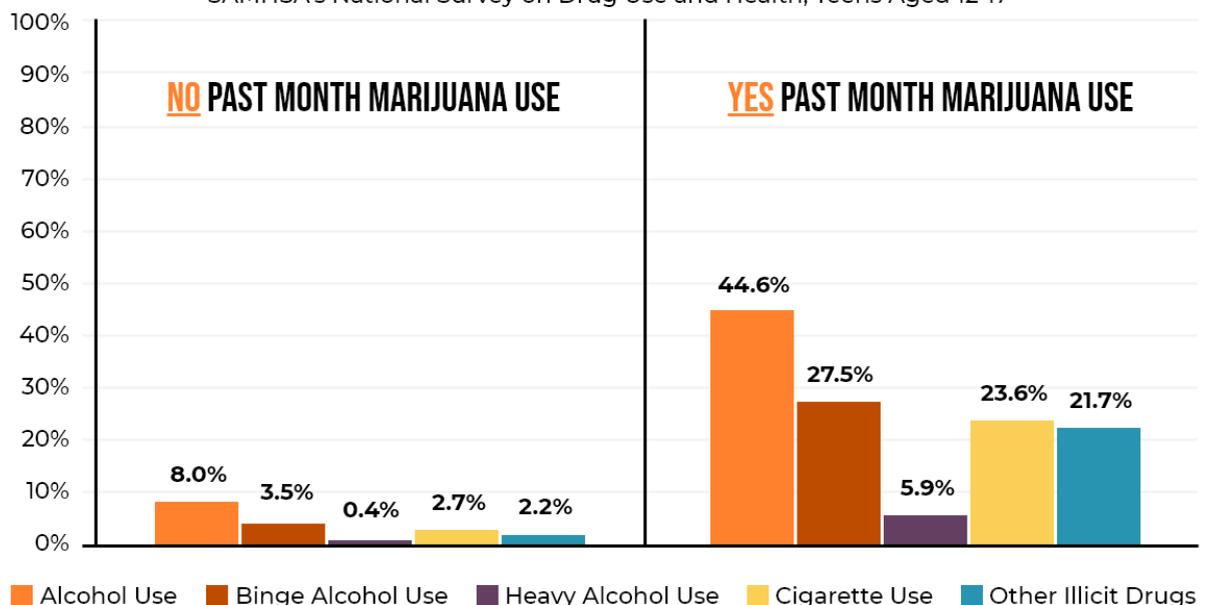
Un estudio nacional de jóvenes estadounidenses (de 12 a 17 años) mostró que aquellos que usaron marihuana en el último mes fueron...

6 veces más propensos a consumir alcohol
8 veces más propensos a beber en exceso
16 veces más propensos a beber mucho

9 veces más propensos a usar cigarrillos
10 veces más propensos a usar drogas ilícitas
...que sus compañeros que no usaban marihuana. ³

TEEN MARIJUANA USE IS ASSOCIATED WITH HIGHER USE OF OTHER DRUGS

SAMHSA's National Survey on Drug Use and Health, Teens Aged 12-17

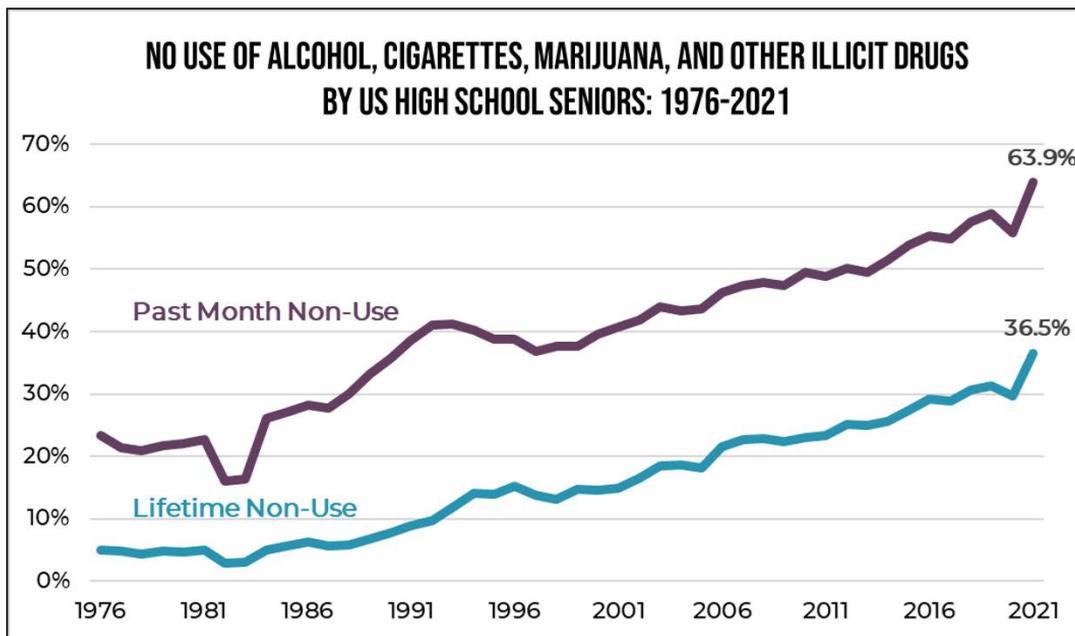


La decisión crucial para los jóvenes es el sí usar/ consumir o no usar/consumir la sustancia.

Ahora Más Que Nunca, Los Jóvenes Están Tomando Una Decisión

- ONE CHOICE

Un número creciente de jóvenes está tomando la decisión saludable de no usar o consumir alcohol, nicotina, marihuana u otras drogas.⁴



De los aproximadamente 3.8 millones de estudiantes de 12º grado en todo el país:

- Más de 2.4 millones (64%) no han usado o consumido ninguna sustancia en el último mes
- Más de 1.3 millón (36%) no han usado o consumido ninguna sustancia en su vida

**Comparta esta información con los niños en su vida.
Hágales saber que no están solos al tomar Una Decisión
- One Choice - para su salud.**

More Than Ever Before,
Youth Are
Making **ONE
CHOICE**

Who We Are

The Institute for Behavior and Health, Inc. is a 501(c)3 non-profit organization that develops new ideas to reduce illegal drug use and improve prevention and treatment.

Check out IBH's One Choice Toolkit, a free online resource, that provides guidance to help prevention programs and coalitions incorporate the One Choice message into new and existing prevention initiatives.

Connect With Us



www.OneChoicePrevention.org

www.IBHinc.org

References

- 1 National Center on Addiction and Substance Abuse at Columbia University. (2011). Adolescent Substance Use: America's #1 Public Health Problem. New York, NY: Author.
- 2 E.g., Hingson, R. W., Heeren, T., & Winter, M. R. (2006). Age at drinking onset and alcohol dependence: age at onset, duration, and severity. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine*, 160(7), 739-746.
- 3 DuPont, R. L., Han, B., Shea, C. L., & Madras, B. K. (2018). Drug use among youth: national survey data support a common liability of all drug use. *Preventive Medicine*, 113, 68-73.
- 4 Monitoring the Future data; Levy, S., Campbell, M. C., Shea, C. L., DuPont, C. M., & DuPont, R. L. (2020). Trends in substance nonuse by high school seniors: 1975-2018. *Pediatrics*, e2020007187. Doi: 10.1542/peds.2020-007187