

IS A YOUNG PERSON TRYING TO TELL YOU SOMETHING?



Many factors contribute to young people developing substance use and mental health problems.

Genes inherited from biological parents and the environments in which they live, work, and learn can make them more or less likely to develop substance use and mental health disorders. When a person, even a young person, develops both a mental illness and a substance abuse problem, it is referred to as Co-Occurring Psychiatric and Substance Abuse Disorder (COPSD).



MENTAL HEALTH ASSOCIATION IN TEXAS

Mental illness and substance abuse can affect even young children. Research on adult substance abusers found that it is not uncommon for substance use to begin at age 10 or earlier. Studies also reveal that some mental disorders like depression, anxiety, Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) and conduct disorder are identified in young children.

Children and adolescents with mental illnesses many times experience symptoms of a mental disorder that may make them feel jumpy, sad, angry, anxious, scared, isolated or alone. To alleviate these feelings, some of them turn to substances like alcohol or drugs. Substance users can quickly move from experimental use to regular use to abuse, to dependence, to addiction to continue buffering their feelings.

Some Substances Commonly Used and Abused by Youth

- * **Tobacco**
- * **Alcohol**
- * **Street drugs and party drugs** like marijuana (pot, weed), cocaine, heroin, GHB (Gamma hydroxybutyrate), Ecstasy, methamphetamine, and LSD
- * **Prescription drugs** such as Ritalin, Ketamine hydrochloride, OxyCotin, Rohypnol (Roofies), and Steroids
- * **Over-the-counter drugs** like cough, cold, sleep, and diet medicines
- * **Inhalants** like paint thinners, gasoline, acetone, Freon, glues, correction fluids, felt-tip marker fluid, butane lighters and propane tanks, whipped cream aerosols or dispensers, spray paints, hair or deodorant sprays, and fabric protector sprays

Brief Facts on Young People with Co-Occurring Psychiatric and Substance Abuse Disorders

- * About half of all adolescents receiving mental health services also have a *substance use disorder*.
- * As many as 75-80% of adolescents receiving inpatient substance abuse treatment also have a mental disorder.
- * Adolescents with emotional and behavioral problems are nearly four times more likely to use alcohol or drugs than other adolescents.

* *Conduct disorder and depression* are the two most often reported adolescent disorders associated with substance abuse.

* Two-thirds of children and adolescents with *ADHD* have a least one other disorder at the same time.

* *Anxiety disorders* frequently co-occur with depressive disorders, eating disorders, or substance abuse.

* *Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)* can occur at any age and to anyone who experiences a severe trauma. People who experience traumatic events sometimes turn to drugs or alcohol to help them cope.

When A Young Person May Need Help

As children of all ages grow, they experience a variety of moods, behaviors and personality changes, and this is normal. However, sometimes young people begin to experience mental health issues that become difficult for them to manage resulting in several symptoms lasting for more than a few weeks. Only a licensed medical doctor or mental health professional can provide an assessment and evaluation to determine whether or not your child has a mental health or substance abuse problem.

Behavior Changes That May Indicate That a Young Person Needs Help

- * Sudden drop in grades
- * Smoking or drinking
- * Changes in friends especially with drug users
- * Big changes in personality
- * Has constant thoughts and fears about their personal safety or safety of family members
- * Does not want to go to school
- * Complains often of headaches, stomachaches and other sicknesses
- * Has trouble sleeping or nightmares
- * Has unexplained feelings of sadness and loneliness
- * Doesn't care about favorite activities or is "too tired to play"
- * Feels angry and hostile toward people and surroundings
- * Fights or argues with others
- * Has trouble sitting still or concentrating most days
- * Runs away from home
- * Shows significant weight loss or weight gain
- * Worries or fears "bad things will happen"
- * Talks about death/suicide

Effective Treatments and Treatment Approaches

More than half of the people who seek help with mental health or substance disorders actually have problems with both. Seeking treatment for substance use or mental health problems can reduce a young person's risk for further problems. Effective treatments for substance use and mental health problems include individual and group therapy, support groups, and medication.

The keys to successful treatment of co-occurring mental health and substance use problems is to treat both problems simultaneously and to develop an individualized treatment plan for the youth using the following treatment approaches:

Integrated Treatment Design treats the mental health and substance use problems at the same time. Service providers work together to develop an individual's treatment plan and to coordinate all services including counseling, case management, medications, social skills training, and family intervention.

Cognitive Behavioral Therapy looks at how a person's behavior affects how they feel. This is done by teaching these individuals new skills and techniques that give them more control over their feelings and reactions.

Multisystemic Therapy is an intensive, family-based treatment that uses family strengths to encourage positive social behavior and change substance abuse behaviors of a child at home, in school and in public.

MENTAL HEALTH RESOURCES

**School Counselors, Doctors, Nurses,
Mental Health Professionals, Religious Leaders**

Mental Health Association in Texas
512-454-3706
www.mhatexas.org

**Texas Commission on
Alcohol and Drug Abuse**
www.tcada.state.tx.us

Texas Youth Commission
(512) 424-6336
www.tyc.state.tx.us/

Texas Youth Hotline
1-800-210-2278

Texas Underage Drinking Hotline
1-888-843-8222

United Way Helplines
Pick up phone and dial 211
Or 1-800-833-5948

**Texas Federation of Families for
Children's Mental Health**
1-866- 893-3264 toll free
email: info@txffcmh.org www.txffcmh.org

**National Alliance for the
Mentally Ill of Texas (NAMI Texas)**
1-800-633-3760
www.namitx.nami.org

**Texas Department of
Mental Health and Mental Retardation
Community Centers**
www.mhmr.state.tx.us

National Institute of Mental Health
www.nimh.nih.gov

National Mental Health Association
www.nmha.org

National Youth Crisis Hotline
1-800-HIT-HOME

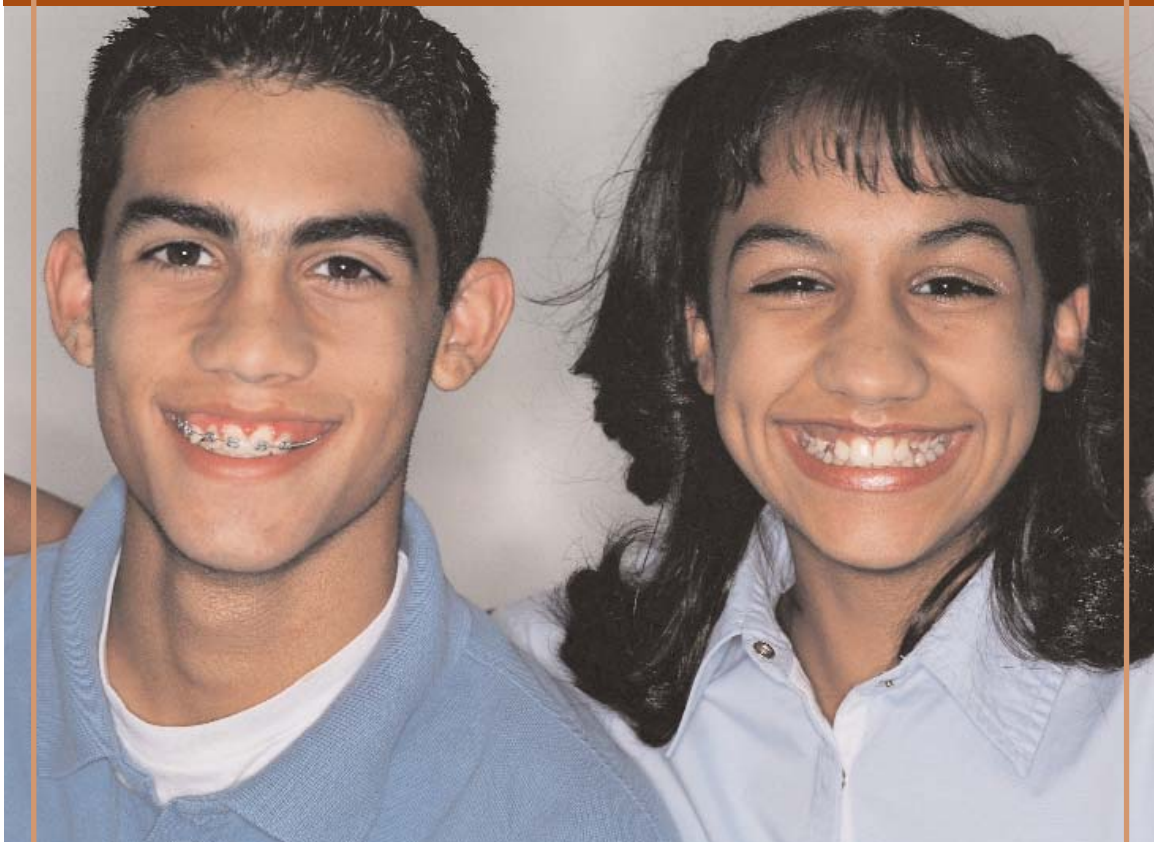
National Suicide Hotline
1-800-SUICIDE

This publication is a product of the Mental Health Association in Texas in collaboration with the Texas Department of Mental Health and Mental Retardation, Hogg Foundation for Mental Health, Andrews Elementary School (Austin ISD), Texas Youth Commission.

©2004 Mental Health Association in Texas.

This publication may be reprinted with permission from the Mental Health Association in Texas.

¿ACASO UN JOVEN ESTA TRATANDO DE DECIRLE ALGO?



Muchos factores contribuyen a que jóvenes desarrollen abuso de drogas y problemas de salud mental.

Genes heredados de padres biológicos y el ambiente donde viven, trabajan y aprenden puede afectar el desarrollo de abuso de drogas y desordenes de salud mental. Cuando una persona, hasta un joven, desarrolla una enfermedad mental y un problema con abuso de sustancias se refiere a este desorden como Co-ocurriendo: Desorden de Enfermedad Mental y Abuso de Sustancias.



MENTAL HEALTH ASSOCIATION IN TEXAS

Este desorden también se puede encontrar en niños muy pequeños. En investigaciones sobre adultos que abusan sustancias, encontraron que pudieron ver usado estas sustancias desde la edad de 10 años o menor. Estudios también revelan que desordenes como depresión, ansiedad, ADHD y desordenes de conducta también son identificados en niños jóvenes.

Niños y adolescentes con enfermedades mentales a veces expresan síntomas de desordenes mentales que los hacen sentir nerviosos, tristes, enojados, ansiosos con miedo, aislados y solos. Para aliviar estos síntomas algunos de ellos buscan sustancias como alcohol o drogas. Este uso de sustancia se puede mover rápidamente del uso experimental al uso regular, y un joven se puede hacer adicto a estas sustancias para aliviarse de sus síntomas.

ALGUNAS SUSTANCIAS QUE JÓVENES USAN O ABUSAN CON FRECUENCIA SON:

- * Tabaco
- * Alcohol
- * Marihuana, cocaína, heroína, Ecstasy, methamphetamine y Ácido (LSD)
- * Drogas de receta medicas como Ritalin, Ketamine hydrochloride, Oxycotin, Rohyphol (Roofies) y esteroides.
- * Drogas sin receta medica como medicamento para tos, gripe, y drogas para dormir y de dieta.
- * Inhalantes como disolvente de pintura, gasolina, acetona, Freon, pegamentos, liquido para corrección, liquido de retulador, encendedores de butano y tanques de propano, expendedores de nata, pintura spray, aerosol para pelo o desodorantes, y protectores de tela.

BREVES DATOS SOBRE JOVENES CON CO-OCURRIENDO: DESORDEN DE ENFERMEDAD MENTAL Y ABUSO DE SUSTANCIAS

- * Aproximadamente mitad de todo los adolescentes recibiendo servicios para su salud mental también tienen un desorden de abuso de sustancias.
- * Hasta un 75-80% de adolescentes internados por el tratamiento de abuso de drogas también tienen desordenes mentales.
- * Adolescentes con problemas de comportamiento emocionales son casi 4 veces

más probables de usar alcohol o drogas que otros adolescentes.

- * Desordenes de conducta y depresión son los dos desordenes mas asociados con el abuso de sustancias.
- * Dos tercios de niños y adolescentes con ADHD tienen por lo menos otro desorden al mismo tiempo.
- * Desordenes de ansiedad frecuentemente ocurren con desordenes de depresión, desordenes de alimento y desordenes de abuso de sustancias.
- * Desorden de estrés postraumático puede ocurrir a cualquier persona que tenga un trauma serio y a cualquier edad. Personas que tienen estos tipos de trauma a veces usan drogas o alcohol para adaptarse.

CUANDO UN JUEVEN PUEDE NECESITAR AYUDA

Cuando un niño se esta desarrollando, su comportamiento y su personalidad cambia, y eso es normal. Sin embargo, a veces jóvenes comienzan a tener problemas con su salud mental que se les hace difícil manejar varios síntomas, resultando en que estos síntomas duren por más de dos semanas. Solamente un medico licenciado o un profesional de salud mental puede hacer una evaluación para determinar si su hijo tiene un problema de salud mental o de abuso de sustancias.

CAMBIOS DE COMPORTAMIENTO QUE PUEDEN INDICAR QUE UN JOVEN NECESITA AYUDA

- * De repente bajan sus calificaciones en la escuela
- * Fuman o toman alcohol
- * Cambia de amistades especialmente con los quien usan drogas
- * Cambios significativos en la personalidad
- * Constantemente tiene miedo acerca de su seguridad personal o de su familia
- * No quiere ir a la escuela
- * Se queja de dolores de cabeza, estómago y otras quejas físicas.
- * Tiene dificultad en el dormir o tiene pesadillas
- * Se siente triste o aislado.
- * Ya no le interesa sus favoritas actividades o esta "muy cansado para jugar"
- * Enojo o agresión hacia otras personas y su alrededores
- * Pelea o discute con otros

- * Tiene dificultad en concentrarse o en calmarse
- * Huye del hogar
- * Pierde mucho peso o sube mucho de peso en poco tiempo
- * Se preocupa o teme que "cosas malas van a pasar"
- * Habla sobre la muerte o el suicidio

TRATAMIENTOS EFECTIVOS

Más de la mitad de personas que buscan ayuda por desordenes de abuso de sustancias o de salud mental actualmente tienen problemas con los dos. Buscando tratamiento para estos problemas, reduce el riesgo para jóvenes en el futuro. Tratamientos efectivos para estos problemas incluyen terapia individual y de grupo, grupos de apoyo, y medicamento.

Para tratar con éxito el desorden de enfermedad mental y abuso de sustancias, es importante tratar los problemas del abuso de sustancias y de enfermedades mentales al mismo tiempo y hacer un plan de tratamiento individual para el joven usando los siguientes tratamientos:

DISEÑO DE TRATAMIENTO INTEGRADO tratan la salud mental y el problema de abuso de sustancias al mismo tiempo. Los proveedores de servicios trabajan juntos para diseñar un plan de tratamiento y coordinar todos los servicios incluyendo terapia, medicamento, entrenamiento de habilidades sociales, e intervención de familia.

TERAPIA DE COMPORTAMIENTO COGNITIVO se enfoca en como el comportamiento de una persona afecta como se siente. Esta terapia les enseña a las personas nuevas habilidades y técnicas en como controlar sus sentimientos y sus reacciones.

TERAPIA MULTISISTEMICA es un tratamiento intensivo que usa el poder de la familia para animar positivamente el comportamiento social y cambiar el abuso de sustancias en los niños en el hogar, escuela y en el público general.

RECURSOS DE SALUD MENTAL

**Un consejero escolar, enfermera,
profesional de la salud mental, líder religioso**

Asociación de la Salud Mental de Tejas
512-454-3706
www.mhatexas.org

Texas Commission on Alcohol and Drug Abuse
www.tcada.state.tx.us

La Comisión de Juvenil de Tejas
(512) 424-6336
www.tyc.state.tx.us/

Texas Youth Hotline
1-800-210-2278

Texas Underage Drinking Hotline
1-888-843-8222

United Way Helplines
1-800-833-5948

La Federación del Estado de Familias
1-866- 893-3264 toll free
email: info@txffcmh.org www.txffcmh.org

**National Alliance for the
Mentally Ill of Texas (NAMI Texas)**
1-800-633-3760
www.namitx.nami.org

**Texas Department of
Mental Health and Mental Retardation
Community Centers**
www.mhmr.state.tx.us

Instituto Nacional de Salud Mental
www.nimh.nih.gov

Nacional Asociación de la Salud Mental
www.nmha.org

National Youth Crisis Hotline
1-800-HIT-HOME

National Suicide Hotline
1-800-SUICIDE

Esta publicación es un proyecto de Asociación de la Salud Mental de Tejas en colaboración con Departamento de Salud y Retardo Mental de Tejas y la Fundación Hogg de Salud Mental, Andrews Elementary School, y la Comisión de Juvenile de Tejas.

©2004 Asociación de la Salud Mental de Tejas
Este folleto puede ser reimprimido con permiso de Asociación de la Salud Mental de Tejas.