

# Substance Abuse or Dependence

Substance abuse is a pattern of using alcohol or drugs that leads to problems in a person's life. These problems can:

- Put others at risk for harm when driving, working with tools or watching children
- Cause problems with family or friends
- Cause trouble with the law, or at work or school

**Substance dependence** is the need for alcohol or drugs. A person continues to drink or use drugs in spite of problems in his or her life. The person often needs more alcohol or drugs over time to get the same effect. As dependence grows, the person slips further away from family and friends. Performance at work or school drops and health problems occur. This person may not be able to see how alcohol or drug use is affecting his or her life. There may be signs of physical or emotional distress when the person cuts back or stops use. This is called withdrawal.

## Substances Most Often Abused

Alcohol is the most often abused drug. Substance abuse can be the use of legal or illegal substances. Substances most often abused include:

- Alcohol such as beer, wine and liquor
- Nicotine in cigarettes and chewing tobacco

# Abuso o dependencia de sustancias

El abuso de sustancias es un patrón de consumo de alcohol o drogas que lleva a desarrollar problemas en la vida de las personas. Estos problemas pueden:

- lastimar a otras personas, como al conducir, trabajar con herramientas o cuidar niños;
- provocar problemas con la familia o los amigos;
- provocar problemas con la ley, en el trabajo o en la escuela.

La **dependencia de sustancias** es la necesidad de consumir alcohol o drogas. Una persona continua bebiendo alcohol o consumiendo drogas a pesar de los problemas en su vida. Con el transcurso del tiempo, la persona normalmente necesita más alcohol o drogas para obtener el mismo efecto. A medida que aumenta la dependencia, la persona se aleja más de la familia y los amigos. Disminuye el desempeño en el trabajo o la escuela y se producen problemas de salud. Es posible que esta persona no se dé cuenta de la manera en que el consumo de alcohol o drogas afecta su vida. Es posible que existan signos de afecciones físicas o emocionales cuando la persona reduce la dosis o deja de consumir. Esto se llama abstinencia.

## Sustancias de las que se abusa con mayor frecuencia

El alcohol es la droga de la que se abusa con mayor frecuencia. Las sustancias de las que se abusa pueden ser legales o ilegales. Entre las sustancias de las que más se abusa se encuentran:

- bebidas alcohólicas, como cerveza, vino y licores;
- nicotina en cigarrillos y tabaco para masticar;

- Street or club drugs, such as marijuana, bath salts, cocaine or crack, or other inhalants such as glue, gas or paint.
- Prescription or over the counter medicines
- Muscle relaxants and medicines for anxiety or sleep
- Anabolic steroids

## **Signs of Substance Abuse or Dependency**

Talk to your doctor, nurse or counselor about getting help if you have any of these signs:

- I get high or intoxicated on a regular basis.
- I lie about use, especially about how much or often I drink or use drugs.
- I become defensive or angry when confronted about my use.
- I avoid my family and friends.
- I prefer the company of other drinkers or users.
- I am less involved in activities that I used to enjoy.
- I talk a lot about alcohol or drugs.
- I pressure others to drink or use.
- I have been in trouble with the law.
- I take risks, such as driving when high or drunk, or take sexual risks.
- I perform poorly at work or school due to using before, during or after work or class.
- I feel depressed, hopeless, or suicidal.

- drogas recreacionales o sociales, tales como marihuana, catinonas sintéticas o “sales de baño”, cocaína o crack u otras sustancias inhalables como pegamento, gas o pintura;
- medicamentos recetados o de venta libre;
- relajantes musculares y medicamentos para la ansiedad o el sueño;
- esteroides anabólicos.

## **Signos de abuso o dependencia de sustancias**

Hable con su médico, enfermera u orientador para obtener ayuda si experimenta cualquiera de estos signos.

- Me drogo o emborracho de manera regular.
- Miento sobre el consumo, especialmente sobre la frecuencia con que bebo alcohol o consumo drogas.
- Me pongo a la defensiva o me enfado cuando me confrontan sobre el consumo.
- Evito el contacto con mi familia y amigos.
- Prefiero la compañía de otros bebedores o consumidores.
- Participo menos en las actividades que solía disfrutar.
- Hablo mucho sobre alcohol o drogas.
- Presiono a otras personas para que beban alcohol o consuman drogas.
- He tenido problemas con la ley.
- Tengo actitudes que ponen en peligro a mí y a otras personas, como conducir bajo la influencia de drogas o alcohol, o conductas sexuales riesgosas.
- Me desempeño de manera deficiente en el trabajo o la escuela debido al consumo antes, durante o después del horario de trabajo o clases.
- Me siento deprimido, sin esperanza o tengo pensamientos suicidas.

## Hotlines

There is help available 24 hours a day for the person using alcohol or drugs, as well as for family members and friends.

Organization	Website	Phone Number
Alcoholics Anonymous	<a href="http://www.aa.org">www.aa.org</a>	1-877-515-1255
Al-Anon / Alateen		1-888-425-2666
Ohio Tobacco Quitline		1-800-784-8669
Cocaine Hotline	<a href="http://www.ca.org">www.ca.org</a>	1-800-347-8998
Marijuana Anonymous	<a href="http://www.marijuana-anonymous.org">www.marijuana-anonymous.org</a>	1-800-766-6779
Narcotics Anonymous	<a href="http://www.na.org">www.na.org</a>	1-818-773-9999
Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)	<a href="http://www.findtreatment.samhsa.gov">www.findtreatment.samhsa.gov</a>	1-800-662-4357

## Líneas de atención directa

Contamos con ayuda las 24 horas del día para las personas que consumen alcohol o drogas, así como también, para familiares y amigos.

Organización	Sitio web	Número de teléfono
Alcohólicos Anónimos	<a href="http://www.aa.org">www.aa.org</a>	1-877-515-1255
Al-Anon / Alateen		1-888-425-2666
Ohio Tobacco Quitline (Línea para dejar de fumar de Ohio)		1-800-784-8669
Cocaine Hotline (Línea directa para adictos a la cocaína)	<a href="http://www.ca.org">www.ca.org</a>	1-800-347-8998
Marijuana Anonymous (Consumidores anónimos de marihuana)	<a href="http://www.marijuana-anonymous.org">www.marijuana-anonymous.org</a>	1-800-766-6779
Narcotics Anonymous (Consumidores anónimos de narcóticos)	<a href="http://www.na.org">www.na.org</a>	1-818-773-9999
Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA) (Administración de servicios para la salud mental y el abuso de sustancias)	<a href="http://www.findtreatment.samhsa.gov">www.findtreatment.samhsa.gov</a>	1-800-662-4357

2008 – 6/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org) for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Substance Abuse or Dependence. Spanish.