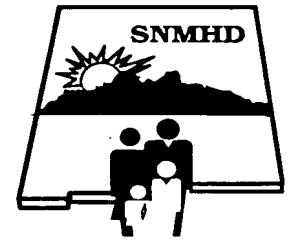




PROSPECTIVO

A newsletter published by Southern New Mexico Human

October, 2009 Volume 1



Prevention Services:

R.O.P.E

B.I.G/Avanzar

RADAR

Clinical Services:

Outpatient Services

Specialized Adult
Outpatient Services

Specialized Children/
Adolescent
Outpatient Services

Prospectivo is published bi-monthly by Southern New Mexico Human Development, Inc. The contents of this newsletter are the sole responsibility of SNMHD. Comments and suggestions may be sent to: SNMHD, Prospectivo P.O. Box 4430, Anthony, NM 88021.

Inside of this issue:

◆Red Ribbon Week <i>Semana del Listón Rojo..</i>	1
◆Eating Disorders... <i>Trastornos Alimenticios ...</i>	2
◆Smokeless Tobacco ... <i>El Tabaco no Fumado ...</i>	3

*

RED RIBBON WEEK



WHAT IS A RED RIBBON WEEK? A way for the communities to take a visible stand against drugs and to show their personal commitment to a drug-free lifestyle through the symbol of the Red Ribbon.

Why? The Red Ribbon Campaign started when drug traffickers in Mexico City murdered Kiki Camarena, a DEA agent, in 1985. This began the tradition of wearing and displaying red ribbons as a symbol of intolerance towards the use of drugs. The mission of the Red Ribbon Campaign is to present a unified and visible commitment toward the creation of a DRUG-FREE AMERICA.

WHO? The National Family Partnership was created in 1980 by parents across America in response to the rising level of youth drug use. The mission of the National Family Partnership is "to lead and support our nation's families and communities to nurture the full potential of healthy, drug-free youth." The National Family Partnership works to accomplish its mission through parent training and networking and sponsoring the National Red Ribbon Campaign.

Southern New Mexico Human Development will conduct a class meeting to increase knowledge about drug abuse in area communities. We ask everyone to continue to participate with us and take part in making your community Drug Free...**Get Involved, SAY NO TO DRUGS.** For more information, contact Prevention Department at SNMHD (575-882-5101).

LA SEMANA DEL LISTON ROJO

QUE ES LA SEMANA DEL LISTON ROJO? Es una manera para que las comunidades luchan en contra de las drogas y muestren su compromiso personal por una forma de vida libre de drogas al portar un listón rojo.

PORQUE? La Campaña del Listón Rojo empezó cuando en 1985 unos traficantes de drogas mataron en México a Kiki Camarena, un agente de la DEA. Esto inició la tradición de usar los listones rojos como un símbolo de intolerancia hacia las drogas. La misión de la Campaña del Listón Rojo es presentar un compromiso unido y visible hacia la creación de UNA AMERICA LIBRE DE DROGAS.

QUIEN? National Family Partnership fue creada en 1980 por los padres de familia a través de toda America en respuesta a los altos niveles de consumo de droga en jóvenes. La misión de National Family Partnership es "Guiar y apoyar a las familias y comunidades de nuestra nación para fomentar una juventud sana y libre de drogas" La función de National Family Partnership es lograr su misión por medio de capacitaciones y comunicación con los padres de familia, así como patrocinar la Campaña del Listón Rojo. Southern New Mexico Human Development va a llevar a cabo clases/reuniones para aumentar el conocimiento sobre el abuso de drogas en el área de las comunidades. Les pedimos a todos seguir participando con nosotros y tomar parte para tener sus comunidades Libres de Droga..**Sea parte de esto..DIGA NO A LAS DROGAS.**

Para más información se puede comunicar al Departamento de Prevención en SNMHD al (575) 882-5101.

Check us out at www.snmhd.org or contact us at (575) 882-5101

Eating Disorders, a Problem for Teens

One serious problem that teens are facing nowadays are eating disorders, a mental and physical health problem. Unhealthy eating habits may develop on young people perhaps as a way to cope with pressures of adolescence. Eating disorders can be developed when several complex factors are involved such as personality and genetics, family, social and cultural environment of the teen. Eating disorders are most common to develop among teen girls, but the number of teen boys affected with eating disorders is rising.

Body size and weight can be a concern at the beginning of early childhood, laying the ground work for unhealthy eating habits with terrible consequences. There are two types of eating disorders, anorexia and bulimia. Anorexia is the constant fear of gaining weight, even though the person is underweight. Bulimia is about binge eating followed by vomiting, misuse of laxatives or other behaviors to prevent gain weight.

Factors like low self-esteem, poor coping skills, physical or sexual abuse during childhood, sexual maturation at early age, may increase the risk for eating disorders in teens. Teens diagnosed with eating disorders seem to be at a low percentage, but dangerous eating behaviors could lead to eating disorders much more common.

Eating disorders may start at an early ages with poor eating behaviors. Some researchers associate hard to cope eating patterns to increased pressure on women by the media, fashion and diet industry to pursue thinness. If you suspect a teen that may have an eating disorder, contact your student assistance professional or counseling office for help and resources.



Trastornos Alimenticios, un problema de adolescentes

Uno de los problemas más serios que los jóvenes enfrentan actualmente son los trastornos alimenticios, es un problema de salud mental y físico. Los malos hábitos alimenticios en los jóvenes se pueden desarrollar para sobrellevar las presiones de la adolescencia. Los trastornos alimenticios pueden ocurrir cuando existen factores complejos tales como la personalidad y la genética, la familia, el ambiente social y cultural del joven. Los trastornos alimenticios son más comunes en las jovencitas pero el número de varones afectados por estos trastornos alimenticios ha empezado a subir.

El tamaño del cuerpo y el peso puede empezar a ser un problema desde la infancia, con principios de malos hábitos alimenticios ocasionando terribles consecuencias. Hay dos clases de trastornos alimenticios la anorexia y la bulimia. La anorexia es un constante temor por subir de peso, aunque la persona sea de bajo peso. La bulimia es una compulsión por comer, para luego vomitar, el mal uso de laxantes u otros comportamientos para prevenir el aumento de peso.

Los factores como el auto-estima bajo, poca capacidad para afrontar, abuso físico o sexual durante la infancia, desarrollo sexual prematuro pueden aumentar el riesgo a trastornos alimenticios en los adolescentes. Es bajo el porcentaje en jóvenes con diagnóstico de trastorno alimenticio, pero un comportamiento alimenticio peligroso puede llevar comúnmente a un serio trastorno alimenticio.

Los trastornos alimenticios pueden empezar a temprana edad por malos hábitos alimenticios. Algunos investigadores asocian los patrones alimenticios difícil de afrontar con el aumento de la presión en la mujer debido a los medios de comunicación, la moda y la industria de la dieta buscando lucir más delgada. Si tiene la sospecha que un adolescente tiene problemas de trastornos alimenticios, comuníquese a la oficina de asistencia profesional o consejería de estudiantes.

Smokeless Tobacco, As Dangerous as Cigarettes but Popular with Youth

Smokeless or chewing tobacco has been a product used by older men, but according to the Campaign for Tobacco Free Kids since 1970 has become very popular among young men and boys. This trend has started since smokeless tobacco promotions have increased and a new generation of smokeless tobacco products appeared in the market. Far from being a "safe" alternative to cigarette smoking, the use of smokeless tobacco has increased the risk of developing many health problems. Additionally, there is evidence that shows adolescent boys who use smokeless tobacco products have a higher risk of becoming cigarette smokers within four years.

Although there was a decrease in youth chewing tobacco use, 13.4% of US high school boys and 2.3% of high school girls are using smokeless tobacco products. In some states the use among high school boys is specially high, including Kentucky (26.7%), Montana (20.3%), Oklahoma (24.8%), Tennessee (22.8%), West Virginia (27.0%), and Wyoming (21.3%). The use of chewing tobacco can lead to oral cancer, gum disease, and nicotine addiction; also, increase the risk of cardiovascular disease, and heart attacks. Furthermore, smokeless tobacco causes leukoplakia, a disease of the mouth distinctly by white patches and oral lesions on the cheeks, gums, and tongue.

Seeing the less trend in smoking rates and the highly popular use of chewing tobacco products, cigarette companies have their own smokeless tobacco products that draw on the brand names of their popular cigarettes to attract new young users. As adults, it is a serious concern, and it is our job to inform students about how harmful these products are and let them know that they are as bad as smoking cigarettes.



El tabaco no fumado, tan Peligroso como un cigarro pero Popular en Jóvenes

El tabaco no fumado o tabaco de mascar ha sido un producto que tradicionalmente lo fuma el hombre mayor, pero de acuerdo a La Campaña de Jóvenes Libres de Tabaco, desde 1970 es popular entre los jóvenes adultos y muchachos. Esta tendencia empezó desde que la promoción de los productos de tabaco de mascar aumentó y apareció en el mercado una nueva generación de productos de tabaco de mascar. Lejos de ser una alternativa más segura que fumar cigarro, el uso del tabaco de mascar ha aumentado el riesgo de desarrollar muchos problemas de salud. Además, hay evidencias donde muestran muchachos adolescentes que usan productos de tabaco de mascar teniendo más riesgo de ser fumadores de cigarros en cuatro años.

Aunque hubo un descenso en el uso del tabaco de mascar, el 13.4% de los estudiantes de preparatoria en E.U. y el 2.3% de jovencitas de preparatoria usan los productos de tabaco de mascar. En algunos estados el uso del tabaco de mascar es alto entre jóvenes de preparatoria especialmente en Kentucky (26.7%), Montana (20.3%), Oklahoma (24.8%), Tennessee (22.8%), West Virginia (27.0%) y Wyoming (21.3%). El uso del tabaco de mascar puede llevar a un cáncer oral, enfermedades de la encía y adicción a la nicotina; también, aumenta el riesgo de una enfermedad cardiovascular y ataque al corazón. Más aún, el tabaco de mascar causa leucoplasia, una enfermedad de la boca que se distingue por unos parches blancos, también lesiones en las mejillas, encías y lengua.

Viendo el bajo nivel en la tendencia al cigarro y la popularidad entre los productos de tabaco de mascar, las compañías de cigarros han sacado sus propios productos de tabaco de mascar con las mismas marcas de los cigarros para atraer nuevos usuarios jóvenes. Como adultos, es un problema que preocupa, y es nuestra responsabilidad de informar a los estudiantes qué tan nocivos pueden ser estos productos y que son tan malos como los cigarro.

Strengthening Family Program



Is a program for parents and youth who desire a strong, united, and a healthy family unit. Strengthening Families Program was designed to improve family relationships and to reduce the risk of substance use and problem behaviors in youth.

El Programa Fortaleciendo Familias es un programa para padres de Familia y niños/jóvenes que deseen una unión familiar más fuerte. Está diseñado para mejorar las relaciones familiares y para reducir el riesgo del consumo de sustancias y problemas de comportamiento en los jóvenes.

Planned Programming

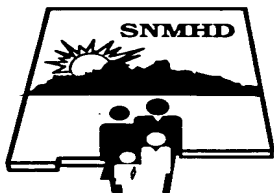
Strengthening Families Program will be recruiting in Sunland park to start session for the 4-6 year old, take the opportunity to learn about family skills, by attending classes. A bonus of \$50 is offered to successful graduated. For more information please call 575-882-5101.

Programa en Marcha

El Programa Fortaleciendo Familias nuevamente dará inicio las sesiones para niños de 4-6 años de edad, en las oficinas de Sunland Park.. Se están invitando a las familias que asistan a las clases. Aproveche esta oportunidad para aprender a cómo mejorar la comunicación con su familia. Si asiste al programa, se ofrecerá un bono de \$50 al graduarse. Para más información llamar al 575-882-5101.

Regional Alcohol and Drug Awareness Resource Network Center

Southern New Mexico Human Development, Inc., is a New Mexico State Associate Center for dissemination of alcohol and drug information. For free Materials relating to alcohol, tobacco, other drug use or violence-related issues contact the Prevention Department at (575) 882-5101.



Southern New Mexico Human Development
P.O. Box 4430
Anthony, NM 88021

Board of Directors:

Ralph Gallegos · Chairperson
David Garcia Ph.D. · Vice-Chairperson
Maria Saenz · Secretary/Treasurer
Ed Saenz · Board Member
Demetrious Giovas · Board Member
John Holguin · Board Member
Elisa West · Board Member
Vincent Ortega · Chief Executive Officer