

PREVENTION FIRST

Social Media Guide

This guide aims to provide social media strategies and messaging for your FY27 Spanish High School Marijuana Prevention Communication Campaign.

When you post on social media, consider a few strategies that improve engagement. It is helpful to include images and other media posts. You can find curated graphics in the Groupsite folder and text to add to your posts in this document. Consider including relevant hashtags and account handles or like, share, and retweet other posts.

To create a post, follow these three steps:

1. Add a picture, video, website, or article link
2. Add relevant text
3. Add relevant accounts and hashtags

Social Media Messaging:

Below you can find campaign images with suggested messaging to accompany the post. While selecting the graphics and messaging, the text should make sense with the image you are posting and follow the campaign objectives. Consider tailoring the messaging by changing/adding text, hashtags, tags, or research sources relevant to your target audience. The content below can be used on any social media platform, including Facebook, Instagram, and Twitter.

SPRINGFIELD


2800 Montvale Drive
Springfield, Illinois 62704

prevention.org
p: 217.793.7353 / 800.252.8951
f: 217.793.7354

CHICAGO

640 N LaSalle Dr, Suite 638
Chicago Illinois 60654

prevention.org
p: 312.988.4646
f: 312.988.7096

IMAGE	POST COPY
	<p>Las decisiones que tomas hoy definen tu salud, metas y oportunidades. La marihuana tiene riesgos graves para los adolescentes, aunque solo se consuma de vez en cuando, sobre todo porque el cerebro aún está en desarrollo.</p>
	<p>Es más fácil que el cerebro de un adolescente desarrolle una adicción. Uno de cada seis jóvenes que prueba la marihuana antes de los 18 años no puede parar.</p>
	<p>Consumir marihuana con frecuencia te puede aislar. Evita la marihuana, da lo mejor de ti y habla con un adulto de confianza cuando necesites apoyo.</p>
	<p>El consumo habitual de marihuana está relacionado con el “síndrome amotivacional”, cuando se pierde el interés por las actividades, causando aislamiento y soledad. Un adulto de confianza te puede ayudar a estar conectado y motivado.</p>

	<p>Según estudios, los adolescentes que consumen marihuana tienen de dos a cuatro veces más probabilidades de sufrir depresión, ansiedad y otros problemas de salud mental. Cuida tu paz y habla con un adulto de confianza si las cosas se ponen difíciles.</p>
	<p>Estar en paz es sentir tranquilidad, claridad y equilibrio. Incluso en pequeñas cantidades, la marihuana puede romper esa calma y causar depresión y ansiedad. Evita la marihuana y habla con un adulto de confianza que te guíe.</p>
	<p>Con marihuana es más difícil reaccionar rápido, analizar bien tus opciones y pensar en las consecuencias.</p>
	<p>El THC, el ingrediente activo de la marihuana, interfiere con las zonas del cerebro encargadas de las decisiones y planes. Con marihuana es más fácil hacer cosas peligrosas.</p>

	<p>Necesitas buenos reflejos para manejar, hacer deporte y en tu día a día. La marihuana impide responder con rapidez.</p>
	<p>Sientes que todo va en cámara lenta, pero no puedes reaccionar a tiempo, porque los reflejos se vuelven lentos. Mantente alerta, evita la marihuana.</p>
	<p>Te guste o no la escuela, recuerda tus objetivos. La marihuana dificulta el aprendizaje, bajando tus notas y poniendo en riesgo tu graduación. Cuando sientas presión en la escuela, un adulto de confianza puede ayudarte.</p>
	<p>Justo lo que necesitas para terminar bien la escuela. Evita la marihuana y habla con un adulto de confianza que te ayude a alcanzar tus metas.</p>

	<p>El cerebro es como una obra en construcción: está creando los caminos que usarás toda la vida. La marihuana a tu edad destruye ese proceso.</p>
	<p>El cerebro se desarrolla hasta los veintitantos años. Consumir marihuana ahora afecta las áreas encargadas de la concentración, la memoria, la capacidad de decidir y las emociones.</p>
	<p>Consumir marihuana potente o hacerlo con frecuencia puede causar efectos graves: alucinaciones y perder contacto con la realidad. Protege tu mente y si no te sientes bien, habla con un adulto de confianza.</p>
	<p>Esto significa que podrías ver o escuchar cosas que no existen, o desconectarte de tu entorno. En algunos casos es temporal, pero a veces la marihuana puede causar problemas crónicos como ansiedad, paranoia o psicosis. Si te sientes mal, un adulto de confianza puede ayudarte.</p>