



Diseño: Ignacio Aguirre Iscozorb



FUENTES CONSULTADAS:

Velasco F. Rafael. El consumo de drogas entre nuestros jóvenes. Secretaría de Educación de Veracruz (en prensa).

Sánchez M. Jorge. "Séptimo curso sobre aspectos básicos de la prevención del consumo de drogas para maestros de educación básica". Secretaría de Educación de Veracruz.

Otros títulos:

1. Las definiciones
2. Alcohol
3. Tabaco
4. Marihuana
5. Cocaína
6. Extasis, MDA o tacha
7. Disolventes inhalables
8. Medicamentos psicotrópicos
9. Hongos alucinógenos y peyote
10. Esteroides anabólicos
11. Codependencia
12. ¿Sospecha usted que su hijo consume drogas?
13. Prevención en el hogar
14. Mitos sobre las drogas
15. El tratamiento de las adicciones

¿Necesita ayuda?

Consejo Nacional contra las Adicciones: 01800 911 200
 Centros de Integración Juvenil: (55) 5212 1212
 Fundación Vida: www.fundacionvida.org.mx (55) 5545 7922, 2624 3533
 Consejo Estatal contra las Adicciones: (228) 842 3011, 842 3000, Ext. 3408
 Centro de Integración Juvenil Xalapa: (228) 815 0500
 Casa Nueva Comunidad Terapéutica
 Fernando Montes de Oca No. 4, Marco Antonio Muñoz Xalapa, Ver. C.P. 91060
 (228) 841 5989, 820 3110, 820 3120
 Centro de Integración Juvenil Poza Rica: (782) 823 4400
 CÚSPIDE Centro Estatal contra las Adicciones: 01800 701 9282, (229) 972 1473

Secretaría de Educación de Veracruz
 Coordinación para la Prevención y Atención de las Adicciones
 Y de las Conductas Antisociales
Oficinas centrales,
 Carretera federal Xalapa-Veracruz Km. 4.5, Col. SAHOP, C.P. 91190,
 Lada 01 800 71 26 340, 800 71 26 341,
 Conmutador 8 12 58 04, 8 12 58 05 Ext.223.



FIDEL
HERRERA BELTRÁN
VERACRUZ

GOBIERNO DEL ESTADO

Adiccionario

Beatriz Velasco Muñoz Ledo

13 Prevención en el hogar



Veracruz late con fuerza

¿Es posible prevenir el consumo de drogas en el seno familiar?

¡Desde luego que sí!

Numerosas investigaciones realizadas por organismos nacionales e internacionales demuestran claramente que la prevención es perfectamente posible tanto en la escuela como en el seno familiar si se cuenta con programas y con información apropiada.

Seguramente nuestros hijos recibirán, tarde o temprano, la oferta de sustancias dañinas. ¿Qué podemos hacer para fortalecer su voluntad de rechazarlas?

¿Qué debo hacer?

Los padres de familia deben contar con información básica sobre las drogas y sus efectos. Afortunadamente, en la internet y en otros medios se difunde información adecuada en términos accesibles y apegada a la verdad científica.

Usted puede visitar estos sitios junto con sus hijos (casi todos proporcionan información en Español):

www.drugabuse.gov (NIDA)

www.samhsa.gov

www.dea.gov

www.who.int/home-page/index.es.shtml (OMS en español)

www.conadic.gob

www.cij.gob.mx

www.paho.org/default_spa.htm (OPS en español)

www.un.org.mx/pnufid/

Los factores de "riesgo"

Los expertos han identificado algunos factores que pueden predisponer al consumo de drogas:

- Ausencia de compromiso con actividades recreativas o deportivas.
- Información inadecuada sobre el alcohol y otras drogas.
- Trabajo o subsistencia en la calle.
- Deficiencia o ausencia de actividades escolares.
- Pre-adolescencia y adolescencia.
- Pertenencia a alguna banda.
- Conductas antisociales previas.
- Baja autoestima y autoaceptación.
- Soledad, desesperanza, irritabilidad, depresión y ansiedad.
- Ausencia de valores morales, éticos, espirituales o religiosos.
- Familia desordenada o desintegrada.
- Abuso de alcohol o consumo de otras drogas en la familia.
- Ausencia de comunicación y apoyo en la familia.
- Ausencia de disciplina racional y consistente.
- Violencia o abuso intrafamiliar.
- Convivencia con amigos consumidores.
- Tolerancia escolar hacia el consumo y otras conductas inadecuadas.
- Disponibilidad de drogas en lugares públicos, escuelas, en la calle o en el hogar.

¿Cuáles son los muchachos más "protegidos"?

Igualmente, existen algunos factores que pueden "proteger" a los jóvenes del consumo de drogas:

- Fuertes ligas emocionales en la familia.
- Conducción "firme" del hogar por los padres, con reglas de conducta claras (no inflexibles), e involucramiento en la vida y las actividades de los hijos.
- Éxito escolar, o por lo menos logros académicos aceptables.
- Relación sostenida y continuada con instituciones altruistas, como otras familias y amistades, la escuela, organizaciones religiosas, deportivas o humanitarias.
- Asistencia a una escuela que cuente con programas preventivos contra el consumo de drogas.
- Información interactiva sobre tabaco, alcohol y drogas ilegales.
- Dificultad para que los menores obtengan drogas en lugares públicos, escuelas, en la calle o en el hogar.

Algunos consejos a los padres de familia

- Sean buenos interlocutores con sus hijos: escúchenlos, respétenlos en su individualidad.
- En el hogar, emitan mensajes claros acerca de las drogas, incluyendo a las legales (alcohol y tabaco).
- Apoyen a sus hijos contra las presiones del medio que los incitan a consumir marihuana y otras drogas ilegales.
- Manténganse informados sobre las actividades de sus hijos y sobre los sitios que frecuentan.
- Provoquen y mantengan un diálogo abierto y permanente con sus hijos.
- Sepan siempre donde y con quiénes están sus hijos.
- Conozcan bien a los amigos más cercanos de sus hijos, recíbanlos en sus hogares y platiquen con ellos.
- Establezcan las horas de llegada al hogar.
- Estén al tanto de la situación escolar de sus hijos.
- Refuercen la actitud de rechazo a las sustancias adictivas. Es indispensable dejar muy claro que la familia no acepta el consumo de drogas.