



FUNDACIÓN
GONZALO RÍO ARRONTE, I.A.P.

-Guía práctica para padres de familia-

Cómo proteger a tus hijos contra las drogas



Kena Moreno
Coordinadora
de la Obra



José Luis Cuevas
Ilustraciones

Centros de Integración Juvenil, A.C.

Ejemplar Gratuito

INTRODUCCIÓN

El propósito de esta publicación es brindar a los padres de familia información útil que los apoye en su cotidiano esfuerzo para educar a sus hijos, especialmente en situaciones de riesgo que los pueden llevar al consumo de drogas (incluye tabaco y alcohol).

Para una mejor comprensión de los temas que se presentan, el lenguaje que se emplea es lo más sencillo posible. El contenido está respaldado por información científica e investigaciones sobre el problema de la drogadicción.

En los últimos años, el uso de drogas ha aumentado y la población más vulnerable se encuentra entre los 10 y 18 años de edad. Es en estos años que transcurre la pubertad y la adolescencia; son etapas de la vida por las que atraviesa el ser humano y en las que experimenta una serie de cambios mentales, físicos y emocionales, lo cual lo coloca en una situación de riesgo. Por ello, los padres de familia deben vigilar de manera más cercana el desarrollo de los hijos que se encuentran en estas edades.

El problema de las adicciones puede prevenirse con la participación de todos. En esta tarea la función de los padres es primordial, por ser los principales responsables del adecuado crecimiento de sus hijos.

Esperamos que esta tarea se vea fortalecida con la lectura de este libro, que está conformado por seis capítulos, antecidos por una **breve reseña histórica de Centros de Integración Juvenil, A.C.**

En el primer capítulo, **la familia**, se mencionan las diferentes etapas por las que atraviesa el grupo familiar: noviazgo, matrimonio, cuando llegan los hijos, los hijos crecen, reencuentro de la pareja y la tercera edad. Estos temas permiten identificar los cambios a los que se enfrenta el núcleo familiar; de ahí la importancia de conocerlos para poder transitarlos y superarlos de la mejor manera.

En la familia es donde se tienen las primeras experiencias de aprendizaje, se enseñan valores, se acuerdan normas, se

desarrollan los primeros hábitos, se inicia la convivencia con otras personas. Asimismo, es el grupo que ofrece amor, seguridad, protección y bienestar necesarios para todo individuo; en fin, es una fuente de crecimiento para hombres y mujeres.

En el segundo capítulo se proporcionan elementos para comprender el **desarrollo humano**, es decir, las etapas de vida por las que transitan los hijos, así como la participación de los padres de familia en cada una de éstas.

En la infancia se requiere básicamente de la ayuda, cuidados y amor de los adultos. En estos primeros años, los padres de familia son testigos de diversos éxitos de sus hijos, como son: los primeros pasos, sus primeras palabras, el ingreso a maternal, por citar algunos.

En la pubertad y la adolescencia es indispensable la comprensión y orientación respecto a los cambios físicos y psicológicos característicos de estos periodos del desarrollo. En esta etapa los chicos y las chicas con frecuencia cambian de estado de ánimo, tienen demasiado interés por vestirse a la moda, tener novio o novia, etcétera.

En la juventud y la adultez, simple y sencillamente el acompañamiento en las actividades cotidianas; y finalmente en la senectud, sentirse escuchado y comprendido es vital para continuar el recorrido por la vida.

El capítulo tres muestra datos recientes sobre **el consumo de drogas en México**; a través del análisis que se hace se puede observar que la población más vulnerable está conformada por niños y adolescentes (10-18 años); las drogas se consiguen en la calle, en la casa y en la escuela; siendo la marihuana la que más se consume.

Lo anterior permite entender que el problema es una realidad que puede afectar a la familia, por lo que la participación de los padres en su prevención es necesaria.

En el capítulo cuatro, se ofrece una descripción de las características principales (nombres populares y efectos a corto y a largo plazo) de las **drogas que más se utilizan en el país**:

alcohol, tabaco, marihuana, cocaína, inhalables, anfetaminas, tranquilizantes, heroína y alucinógenos. Estos datos tienen la finalidad de ofrecer la información necesaria para poder detectar a tiempo el posible uso o abuso de alguna sustancia por parte de los hijos.

También se incluyen sugerencias sobre qué hacer ante este hecho, como son: platicar con sus hijos, evitar reacciones violentas o exageradas, solicitar información, disponer de conocimientos sobre drogas y recurrir a ayuda profesional, como la que ofrece Centros de Integración Juvenil que es una institución especializada en la atención de la drogadicción.

En el capítulo cinco, intitulado el **significado de ser padres**, se mencionan las situaciones que pueden constituir un riesgo para los integrantes de la familia en cuanto al consumo de drogas; y además el papel de los padres como generadores de salud mental y modelos de comportamiento; asimismo, en el fortalecimiento de la autoestima, por citar algunas de sus funciones en la familia. Todo esto con el objetivo de que cada uno identifique su responsabilidad al interior del hogar e influya de manera positiva en el desarrollo de los hijos.

En relación con los factores de riesgo, algunos ejemplos son: escaso involucramiento por parte de la madre en las actividades de los hijos, el consumo de drogas en los hermanos mayores, percepción de que los padres y la familia se encuentran alejados, escasa supervisión de los padres en las actividades extraescolares, por mencionar algunos, con la intención de que los padres los identifiquen para disminuirlos o desaparecerlos.

En el capítulo seis se sugiere una serie de acciones concretas **para proteger a la familia contra el uso de drogas** de fácil aplicación en la vida cotidiana, y que se especifican para cada etapa del desarrollo de los hijos, desde la niñez hasta la adolescencia.

Dichas sugerencias abarcan esferas como la enseñanza de valores, el establecimiento y aplicación de normas, el fortalecimiento de la autoestima, la comunicación, la expresión de amor y el apego escolar.

Deseamos que la información que se presenta favorezca la labor que significa la paternidad y la maternidad en la actualidad y, a su vez, brinde elementos que apoyen la prevención del uso de drogas en el ámbito familiar.