



# FORJANDO LIDERAZGO EN PREVENCIÓN DE DROGAS EN PADRES E HIJOS

GUILLERMO FERNÁNDEZ D`ADAM\*

MINA SEINFELD DE CARAKUSANSKY\*\*

La dimensión compleja del “problema de las drogas” a nivel local, nacional e internacional ha generado fenómenos políticos, sociales y de salud que se destacan por:

A) Coincidencia y unanimidad de PREOCUPACIÓN, CONCIENTIZACIÓN Y NECESIDAD DE INTERVENCIÓN para afrontar el problema por parte de los gobiernos, de las escuelas, instituciones comunitarias, líderes sociales, instituciones educativas, profesionales de la salud, etc.

B) Convencimiento de la Prevención como estrategia fundamental, enfatizandola **INTERVENCIÓN EN LA DEMANDA** como elemento prioritario y clave en todos los sectores sociales, complementado por las acciones de PREVENCIÓN DE LA OFERTA que corresponde a las instancias gubernamentales pertinentes y PROGRAMAS E INTERVENCIONES ASISTENCIALES adecuados a la necesidad de nuestra población integrados al proyecto preventivo.

C) EL AUGE DEL CONSUMO DE DROGAS, incluyendo al clásico y “moderno” HIPER CONSUMO DE ALCOHOL de los últimos años, se ha transformado en una situación crítica, debido a la población infanto-juvenil que se halla expuesta y su relación con diversas manifestaciones de violencia, homicidios, accidentes de tránsito, suicidios y su conexión con

\*MASTER EN PREVENCIÓN DE LA DROGADEPENDENCIA Y MAGISTER EN SALUD PÚBLICA. PROFESOR Y VICEDIRECTOR DEL INSTITUTO DE DROGADEPENDENCIA - UNIVERSIDAD DEL SALVADOR - ARGENTINA.

\*\*COORDINADORA INTERNACIONAL DE FORJANDO LIDERAZGO EN LATINOAMÉRICA RIPRED - DPNA/ DFAF. EXSECRETARIA ESPECIAL EN PREVENCIÓN DE DEPENDENCIA QUÍMICA DE LA CIUDAD DE RÍO DE JANEIRO/ BRASIL.

el virus de inmunodeficiencia adquirida (SIDA), embarazos no deseados, fracasos escolares, problemas con la ley, etc.

D) El consumo de drogas, alcohol y la violencia juvenil están determinadas por un complejo de elementos entre los que podemos destacar:

- Crisis social, de valores y carencia de valores.
- Sobreoferta de sustancias tóxicas.
- Carencias afectivas - sociales.
- Distorsiones y déficit económicos y educacionales.
- Disfunción de la contención familiar (familias desorganizadas, multiproblemáticas, ensambladas, etc).
- Distorsión por los medios de comunicación.
- Falta de formadores integrales.
- Mayor tolerancia social al consumo

E) Las políticas de salud de los diferentes gobiernos (locales, provinciales, nacionales) e instituciones educativas-sociales, van tomando des-paciosamente conciencia sobre la imperiosa necesidad de programas sistemáticos y estructurados de prevención, pero generalmente no disponen de la infraestructura profesional - técnica y de los recursos imprescindibles, estando urgidas por las emergencias asistenciales, las demandas judiciales y la petición de acción preventiva de la comunidad a través de sus líderes y organizaciones.

## **AMBITO FAMILIAR:**

### **MODELO DE PREVENCION COMUNITARIA**

*La familia es un espacio de crecimiento y aprendizaje para todos sus miembros, en el cual los padres son primordiales agentes de prevención de las adicciones.*

#### **OBJETIVOS DE LA GUÍA**

Nuestro objetivo es remarcar el papel privilegiado que tiene la familia y sus posibilidades preventivas como medio natural para el cuidado y fomento de la salud (rol protagónico de los padres en la prevención). Aquí convendría interrogarnos: ¿quién nos enseña a ser padres? ¿Cómo aprendemos a serlo?

Convengamos que ser padres requiere actitudes y habilidades que van adquiriéndose con la experiencia. Muchos de nosotros aprendimos siguiendo el ejemplo que nos dieron nuestros padres, pero hoy nuestros hijos hacen más complejos los desafíos clásicos.

Sabemos que **SER PADRES HOY NO ES LO MISMO QUE AYER**. Actualmente, el consumo de alcohol y de otras drogas, que amenazan la salud y el bienestar de nuestros hijos; nos exigen actitudes efectivas y el conocimiento acerca de lo que puede hacerse para prevenir el uso de drogas.

Invitamos a los padres a transitar con las mayores precauciones, el maravilloso camino compartido con los hijos para “sentirse” orgullosos y satisfechos por el forjamiento de la paternidad para la libertad.

Este aprendizaje es intransferible. No pretendemos “enseñarles a ser buenos padres”, intentamos acompañarlos con el bagaje de muchos años de dedicación a la prevención en el Programa FORJANDO LIDERAZGO patrocinado por RIPRED Y DFAF.

Hoy es el momento oportuno para hablar claramente con sus hijos sobre los peligros que deben enfrentar en relación con el abuso de alcohol, las drogas, la presión del grupo y de la publicidad y la tolerancia social aumentada. Actúen antes del riesgo y si ya existe un problema, no se sientan impotentes. Siempre podemos hacer algo.....

### FUNDAMENTACION

El ámbito familiar un espacio privilegiado para la prevención de las adicciones. Sin embargo, aunque es fundamental tener “ganas de hacer”, no es suficiente para abordar esta labor. La formación y la participación con otros lugares de socialización de sus hijos, como la escuela y la comunidad, son elementos básicos para que su intervención como padres sea eficaz.

La familia es la forma mas elemental de sociedad humana y desempeña un papel fundamental en la transmisión de información y experiencias,

de valores y reglas de conducta, de generación en generación, proporcionando a los hijos perspectivas positivas de vida.

La familia proporciona a los hijos un ambiente de amor y aprobación, dándoles la estabilidad emocional necesaria para afrontar su proyecto de vida.

En el entorno familiar, los padres proporcionan normas de convivencia y son un modelo de aprendizaje que facilita la socialización primaria de los hijos, la convivencia solidaria, la responsabilidad y la autonomía.

La familia permite el establecimiento de una comunicación íntima entre sus miembros, favoreciendo el intercambio de sentimientos, emociones y experiencias como elemento fundamental para mantener una relación de bienestar, afrontar los problemas que surgen y orientar a sus miembros para resolverlos.

La unidad familiar facilita la participación de sus miembros en la comunidad y les ayuda a adaptarse a los cambios que se producen en esta.

El entorno familiar es un refugio para el descanso, para compartir experiencias, para desarrollar toda actividad que promueva el desarrollo saludable y como un lugar que permite construir un futuro como proyecto de vida y no de destrucción.

La familia es un sistema, con una estructura y organización abierta, la cual le permite adaptarse a la cultura en la que vive, que está en permanente conexión con ésta y que permite la transmisión de dicha cultura a las nuevas generaciones.

***Los padres tienen un alto grado de oportunidad de intervención sobre los factores de riesgo que se detectan en el ámbito familiar y desde allí transformarlos en factores de protección***

- ✓ Instauran el diálogo como dinámica de participación dentro del hogar
- ✓ Transmiten un modelo de Salud a sus hijos y son coherentes en su forma de comportarse con respecto al modelo propuesto.
- ✓ Educan la autoestima de sus hijos, enseñándoles a valorar adecuadamente sus cualidades
- ✓ Ayudan a sentirse capaces de afrontar dificultades
- ✓ Colaboran en el desarrollo de actitudes para negarse firmemente al consumo de drogas.
- ✓ Trabajan la autonomía de sus hijos, haciéndolos menos dependientes de la aprobación de los demás.
- ✓ Ayudan a sus hijos en la identificación de sus gustos y aficiones, orientándolos sobre los pasos a seguir para desarrollarlos.
- ✓ Trabajan conjuntamente con sus hijos desde la infancia los mecanismos de resolución de conflictos.
- ✓ Desarrollan dentro del hogar actitudes solidarias y cooperativas, para que aprendan el valor del trabajo comunitario y a implicarse en la solución de los problemas sociales.
- ✓ Reflexionan y fortalecen posiciones contrarias a la legalización de las drogas (en la mayoría de los países de Latinoamérica el 80 a 90 por ciento de los padres están en contra de las propuestas políticas legalizadoras).

## DOS ENFOQUES COMPLEMENTARIOS: RIESGO Y RESILIENCIA

**El enfoque de riesgo** se centra en la enfermedad, en el síntoma y en aquellas características que se asocian con una elevada probabilidad de daño biológico o social.

**La resiliencia** muestra que las fuerzas negativas se “enfrentan” con verdaderos escudos protectores que atenúan los efectos del daño y a veces transforman la realidad adversa dentro de las normas culturales en las que la persona se desenvuelve.

**La resiliencia** es una capacidad humana dinámica que depende de la interacción persona-entorno y de sus variables evolutivas. Promoverla es reconocer la fortaleza más allá de la vulnerabilidad. Apunta a mejorar la calidad de vida de las personas a partir de sus propios significados, según ellos perciben y se enfrentan al mundo.

Hay factores protectores externos (familia extendida, apoyo adulto significativo, integración social y laboral) e internas (autoestima, seguridad y confianza en sí mismo, facilidad para comunicarse, empatía)

### Los comportamientos riesgosos están relacionados con:

- ◆ Problemas en la alimentación
- ◆ Consumo de alcohol y drogas
- ◆ Uso de tabaco
- ◆ Actitudes e ideaciones suicidas
- ◆ Accidentes no intencionales
- ◆ Violencia

## FORJANDO LIDERAZGO - MANUAL GUÍA PARA PADRES

- ◆ Delincuencia
- ◆ Embarazo adolescente
- ◆ Enfermedades de transmisión sexual
- ◆ Abandono paterno del hogar
- ◆ Familias multi-problemáticas
- ◆ Fracaso escolar (deserción)
- ◆ Episodios depresivos, hiperactividad con déficit de atención en la infancia.

### CARACTERÍSTICAS DEL TRABAJO FAMILIAR EN PREVENCIÓN

- ★ Los padres son los encargados de prevenir dentro del ámbito familiar.
- ★ Para trabajar en prevención en el ámbito familiar no se requiere de espacios específicos sino de un quehacer diario que abarca toda la dinámica del hogar.
- ★ Para que la prevención familiar sea eficaz necesita de la formación de los padres en un proceso de reflexión conjunta con otros padres que les oriente sobre la forma de actuar (escuelas de padres de orientación).
- ★ Su objetivo está marcado por capacidades para desarrollar en sus hijos las actitudes y destrezas necesarias que les permitan enfrentarse a situaciones de riesgo que el propio devenir de los años presentará con garantías de éxito.
- ★ Las estrategias utilizadas se construyen simultáneamente en distintos momentos evolutivos donde deben recogerse actuaciones con carácter formativo, informativo y propuestas alternativas que posibiliten las aptitudes individuales y sociales para un buen desarrollo evolutivo psicosocial de un niño y joven.

- ★ La prevención en el ámbito familiar ha de entenderse inmersa en las acciones preventivas comunitarias.

## **Formación de Padres como Agentes de Prevención CONTENIDOS BÁSICOS**

### **Estado de la cuestión del fenómeno adictivo.**

- \* Objetivos y alcance del seminario
- \* Comprensión del fenómeno de drogadependencia
- \* Adicción como enfermedad –conceptos generales (droga, uso – abuso, tolerancia, dependencia, síndrome de abstinencia)
- \* La epidemia y la vulnerabilidad individual, familiar, comunitaria

### **Modelo social de prevención y Asistencia de las drogas**

- \* Modalidades de prevención
- \* Niveles de prevención –Modelos y estrategias de prevención
- \* Detección precoz, información y Derivación
- \* Red asistencial: motivación, desintoxicación, rehabilitación. Reinserción social, programas libres de drogas
- \* Legislación con relación a las drogas legales e ilegales.

### **Factores de Riesgo y de protección**

- \* **Individuales:** uso temprano de drogas y alcohol, red social y familiar inadecuada, uso de drogas en personas modelos de formación, trastornos de conducta, bajos rendimientos escolares, escasa formación moral y religiosa
- \* **Familiar:** uso de drogas en padres y hermanos, influencias familiares negativas, anatomía familiar
- \* **Grupos de pares:** uso de drogas de compañeros, presión negativa de grupo de pares
- \* **Factores comunitarios:** Disponibilidad alta de drogas y alcohol, ausencia de normas de reducción de oferta, vacíos legislativos, estrés social, pobreza marginalizada.

**Intervención comunitaria:**

- \* Prevención y desarrollo Comunitario.
- \* El proceso de intervención y los tres protagonistas.
- \* La Audición. La coordinación. La participación.
- \* Teoría de los tres círculos.
- \* Guía de recursos Comunitarios.

**Familia:**

- \* Desarrollo individual y familiar en cuanto al ciclo evolutivo.
- \* Comunicación. Tipos de comunicación. Relación con el fortalecimiento de la comunicación.
- \* Funciones familiares.
- \* Familias de hoy (multi-problemáticas).
- \* Escuelas de padres eficaces en prevención de las drogas.

**Todos los esfuerzos que hacemos para lograr una mejor calidad de vida podrían frustrarse, dispersarse o convertirse en improductivos si no tomamos conciencia, porque informados estamos, de que la solución o respuesta la vamos a encontrar siempre y cuando “adoptemos” una actitud preventiva, real y genuina. Que, en muchos momentos, se convierte en un “lucha” por dar y transmitir a nuestros hijos los principios fundantes que le ayuden a CRECER EN LIBERTAD.**

**1. SEA PARTE DE SUS VIDAS**

**Asegúrese de dedicar tiempo a sus hijos. Pregunte que les interesa y establezca una rutina para hacer cosas juntos. No tema preguntar a sus hijos adolescentes adónde van y con quién van. Por**

## 10 MANERAS DE MOTIVAR A SUS HIJOS A CONVERSAR SOBRE EL ABUSO ALCOHÓLICO , LAS DROGAS Y EL TABAQUISMO

ejemplo, trate de conversar algún tema todos los días y encuentre oportunidades de disfrutar en familia.

### 2. ESCÚCHELOS

Demostrar una buena disposición para escucharlos ayudará a sus hijos a sentirse más cómodos con usted.

Pídales su aporte a las decisiones familiares para demostrar que aprecia sus opiniones. Aliéntelos a sentirse cómodos para que le cuenten sus problemas.

### 3. SEA UN MODELO DE CONDUCTA

Cuando se trata de drogas, no existe el “Haz lo que te digo, no lo que yo hago”. Si usted abusa alcohol no puede esperar que sus hijos sigan sus consejos. No subestime la influencia que su conducta puede tener sobre sus hijos.

### 4. SEA SINCERO

Es importante estar bien informado pero no pretenda saberlo todo. Esté dispuesto a decir “No lo sé pero trataré de averiguarlo”. Sea sincero y claro a fin de que a sus hijos les resulte más fácil ser francos con usted.

### 5. ELIJA EL MOMENTO APROPIADO

Elija el momento apropiado para discutir el tema buscando las oportunidades naturales a medida que se presentan.

### 6. MANTENGA LA CALMA

Es importante no reaccionar en forma exagerada. Debe mantener abiertas las líneas de comunicación y no ridiculizarlos ni sermonearlos. Recuerde que enojándose simplemente cerrará la puerta a un diálogo en profundidad.

### 7. AYÚDELO A TOMAR DECISIONES

Ante el “convite” de sus compañeros

### 8. CONTINÚE CONVERSANDO SOBRE EL TEMA

Una vez que han tenido una conversación, es importante tener otra.

Asegúrese de estar bien dispuesto a hablar con sus hijos y empiece temprano.

### 9. ESTABLEZCA LÍMITES CLAROS

La mayoría de los jóvenes espera y aprecia reglas básicas. Permitirles tomar parte en la fijación de las reglas los estimula a asumir una mayor responsabilidad en acatarlas.

### 10. CONCÉNTRERE EN LO POSITIVO

## ORIENTACIÓN PARA LOS PADRES

Las drogas son peligrosas para la salud y bienestar de los niños y los adolescentes cuando están creciendo, aprendiendo, madurando y construyendo lo que será su vida de adultos. Los niños/adolescentes necesitan a sus padres para que les ayuden y guíen a resolver problemas y tomar decisiones, incluyendo la decisión de no usar drogas. Como un modelo, es fundamental su propia decisión de no fumar ni abusar del alcohol o de otro tipo de sustancias. Muchas veces nos hemos hecho esta pregunta:

### ¿CÓMO PUEDO SABER SI MI HIJO USA DROGAS O ABUSA DEL ALCOHOL?

Muchas veces nos hemos hecho esta pregunta: ¿Cómo puedo saber si mi hijo usa **marihuana**? Aquí hay algunas pautas que se pueden tener en cuenta. Puede parecer, con consumo reciente, que el joven esté mareado y tener dificultad al caminar; actuar como “un tonto” y reír sin razón alguna; tener los ojos rojos e irritados y tener dificultad al tratar de recordar hechos recientes. Cuando desaparecen los primeros efectos puede sentir mucho sueño. También el consumo reiterado provoca un “achataamiento” de sus actividades cotidianas.

Aunque es difícil de distinguir en los adolescentes, los padres tienen que estar pendientes de observar cambios en su conducta. Deben tratar de notar si su hijo se aleja de ustedes, si está deprimido, siente fatiga, si descuida su apariencia personal, si es hostil o si sus relaciones con familiares y amigos se deterioran. También puede haber cambios en el desempeño académico, ausentismo escolar, menor interés en los deportes y

otras actividades favoritas, o cambios en los hábitos alimenticios o de sueño.

La marihuana afecta muchas de las capacidades necesarias para conducir un vehículo con seguridad: el estar alerta, la habilidad de poderse concentrar, la coordinación y el tiempo en que la persona reacciona. La marihuana puede causar dificultad para juzgar distancias y para reaccionar ante las señales visuales y auditivas en la carretera.

Todo esto puede indicar el uso de drogas, aunque no en todos los casos. Los padres también deben estar pendientes de detalles que puedan indicar el uso de drogas, como pipas o papeles para enrollar cigarrillos; el olor de la ropa y de la habitación; el uso de incienso o desodorante; el uso de gotas para los ojos; que tenga o se interese por ropa, posters, “bijouterie”, que promuevan el uso de las drogas.

Siempre tratar de que la confianza y comunicación, que normalmente es difícil y escasa, se mantenga, fluya y se fortalezca. Y recuerde que estas drogas provocan daño al cerebro (“aunque sea un porrito de vez en cuando”).

Estos cambios de percepción y conocimiento probablemente sean resultado de la reducción de los mensajes contra las drogas en los medios de comunicación; un aumento en los mensajes a favor de las drogas en la cultura popular; un aumento de la tolerancia social y el hecho que los padres no están conscientes del resurgimiento del uso de las drogas y sus eventuales daños futuros.

**Las estadísticas de la Organización Mundial de la Salud (OMS) indican que el 5% de las muertes de jóvenes de 15 a 29 años de edad en el mundo está asociado con el consumo de alcohol.**

**El consumo de bebidas alcohólicas** entre los jóvenes ha aumentado con los años y la edad de inicio en esta práctica ha disminuido. Según la OMS, unos 140 millones de personas son dependientes del alcohol en el planeta y en esa cifra se incluyen cada vez más jóvenes, inclusive de edad escolar.

Algunos especialistas en el tema señalan que no es acertado hablar de alcoholismo juvenil sino de consumo abusivo, ya que la mayoría jóvenes no suelen beber todos los días (no es parte de su rutina diaria como en la

## FORJANDO LIDERAZGO - MANUAL GUÍA PARA PADRES

dependencias más graves) sino durante los fines de semana.

La otra típica característica del consumo juvenil de alcohol es que ocurre en ámbitos públicos o lugares de diversión.

Además de los problemas de salud que genera, el alcohol es uno de los principales responsables de los accidentes de tráfico que suelen sufrir los jóvenes cuando se trasladan de estos lugares en plena noche.

***¿Es el consumo de alcohol entre los jóvenes un problema grave en su comunidad?***

***¿Qué medidas han tomado las autoridades?***

***Donde usted vive,***

***¿se alienta a través de campañas publicitarias y oferta de bebidas el consumo de alcohol en los jóvenes?***

***¿O se da todo en un contexto de sana diversión?***

### EFFECTOS CONDUCTUALES DEL ABUSO ALCOHÓLICO

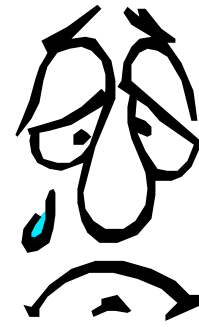


**SEUDO-  
ESTIMULACIÓN**

**¿EL  
ALCO-**



**ALTERACIÓN  
CEREBRAL**



**HOL Y  
LA  
MARI-  
DEPRESIÓN**

### **HUANA LLEVAN AL CONSUMO DE OTRAS DROGAS?**

Estudios a largo plazo sobre estudiantes de secundaria y sus patrones de uso de drogas, demuestran que muy pocos de ellos llegan a usar otras drogas sin haber usado primero la marihuana o inicialmente el alcohol. Aunque menos jóvenes usan cocaína (estimulante) el riesgo de hacerlo es bastante mayor para aquellos que abusan del alcohol (depresor) o han probado la marihuana que para aquellos que nunca han probado.

No existe una respuesta mágica para evitar que los jóvenes usen drogas. **Los padres pueden tener ingerencia si hablan con sus hijos sobre los peligros del uso de la marihuana y otras drogas y se mantienen activamente involucrados en la vida de sus hijos.** Incluso cuando los hijos cursan la escuela secundaria, los padres pueden estar involucrados en sus tareas escolares, sus actividades sociales, de recreo y con sus amigos.

La investigación demuestra que la **supervisión adecuada de los padres** puede reducir la probabilidad de uso futuro de drogas. Para hablar sobre el tema del abuso de drogas es importante involucrarse en programas de prevención para el abuso de drogas en su comunidad o en la escuela de su hijo.

### **ADOLESCENCIA Y ESTILO SALUDABLE NACIONES UNIDAS Informe juventud mundial 2005**

SE PLANTEARON LAS SIGUIENTES CONCLUSIONES SOBRE LAS DROGAS Y LOS JÓVENES:

La adolescencia es un período que se caracteriza por tratar de independizarse de los padres y demás adultos, estrechar la amistad con otros jóvenes y experimentar con muchas ideas, productos y estilos de vida.

El consumo de drogas, tabaco y alcohol entre los jóvenes podría convertirse en una vía para escapar de situaciones de las que suelen sentirse impotentes para cambiar.

El consumo de tabaco es una de las principales causas prevenibles de muerte en el mundo. El nivel de consumo de tabaco más elevado entre los jóvenes indica la necesidad de contar con políticas y programas encaminados a contrarrestar las estrategias de comercialización destinadas a

las jóvenes, que asocian el consumo de tabaco con la independencia, el glamour y el romance.

Los jóvenes de muchos países están comenzando a beber alcohol a edades más tempranas. Según investigaciones realizadas en países en desarrollo, el comienzo temprano del consumo de bebidas está asociado a una mayor probabilidad de dependencia al alcohol y lesiones conexas en años posteriores.

Pese a los esfuerzos realizados en los países industrializados para restringir los anuncios y la comercialización del alcohol y el tabaco, el mercado juvenil sigue siendo de gran importancia para esas industrias.

El creciente consumo indebido de alcohol y drogas en muchos países ha contribuido a elevar las tasas de mortalidad y de riesgo de infección por el virus de inmunodeficiencia adquirida (VIH) entre niños y jóvenes.

De todas las sustancias ilícitas mencionadas en los tratados internacionales de fiscalización de estupefacientes, la *cannabis* o marihuana es con creces la que más se consume y con mayor frecuencia, especialmente entre los jóvenes.

Un importante cambio desde la aprobación de Programa de Acción Mundial es el surgimiento del consumo indebido de drogas sintéticas. Pese a los esfuerzos realizados por muchos países para limitar la disponibilidad de estimulantes de tipo anfetamínico, ha aumentado el acceso a algunas nuevas drogas sintéticas.

En la mayoría de los países, los jóvenes consumen estimulantes como el éxtasis en actividades de esparcimiento, muchas veces durante los bailes. Al formular las estrategias de prevención, es preciso reconsiderar la relación y los vínculos entre el consumo de diferentes tipos de drogas, alcohol y tabaco.

### ¿POR QUÉ LA DROGA EN LOS JÓVENES?

- ¿Curiosidad por los efectos y sensaciones?
- ¿Deseo de experimentar?
- ¿Presión del "Marketing promocional"?
- ¿Presión del grupo al que pertenece?
- ¿Búsqueda de calmar sus angustias?
- ¿Huída de la realidad?

¿Experiencia mística?  
¿Alternativa al aburrimiento?  
¿Falta de información adecuada?  
¿Sentirse independiente y libre frente a los padres, educadores y demás adultos?

- ◆ El contexto socio - económico - cultural actual facilita y estimula algunas de estas alternativas que serán motivo de la reflexión crítica en este artículo.
- ◆ Sabemos que en el mundo adolescente el “encuentro con alguna sustancia tóxica” tendrá lugar en algún momento (alcohol-tabaco-psicotrópicos-drogas ilegales, etc.). Ante lo inevitable o no previsible se trata de pensar y prever qué le pasará, qué factores están en juego, cómo evolucionará, cómo se defenderá o resistirá la presión.
- ◆ Estas particularidades nos llevan a reflexionar y proponer abordajes y estrategias de prevención integral participativa no sólo “para” los jóvenes, sino “con” ellos, sus familias, su escuela y el medio comunitario que lo rodea.

### **TEMAS QUE MÁS PREOCUPAN A LOS JÓVENES LATINOAMERICANOS**

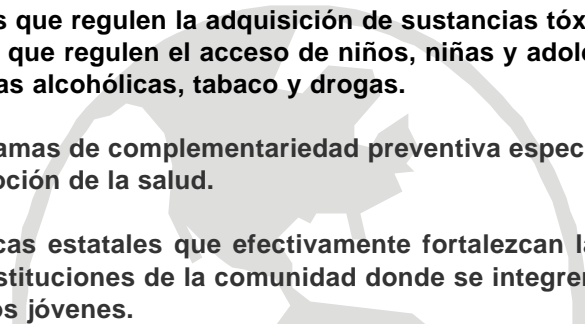
- 1) *Embarazo adolescente.*
  - 2) *Violencia familiar, violencia sexual, noviazgos violentos y violencia juvenil.*
  - 3) *El alcoholismo juvenil y la drogadicción.*
  - 4) *La situación económica general.*
  - 5) *Internet, las nuevas tecnologías y la comunicación.*
  - 6) *La política y la necesidad de que los jóvenes participen en la vida pública.*
  - 7) *La salud desde una dimensión social y política.*
- **PROMOVER PARTICIPACION ACTIVA Y COORDINADA.**

## PRINCIPIOS CLAVES DE LA PREVENCIÓN

- CONTRIBUIR AL DESARROLLO Y MANTENIMIENTO DE ENTORNOS FAVORABLES.
- POTENCIACION ENTRAMADO SOCIAL.
- PROGRAMAS ADAPTADOS A LAS NECESIDADES DE LA POBLACION.
- EVALUACION CONTINUA DE LOS DIAGNOSTICOS SITUACIONALES.
- CONSOLIDACION DE UNA RED ASISTENCIAL.
- INCORPORACION CONCEPTUAL OPERATIVA DE LA RESILIENCIA.

### METAS GENERALES DE INTERVENCIÓN

- ✦ Creación de espacios a nivel de colegios y comunidad para adolescentes, que promuevan la participación y el desarrollo saludable.
- ✦ Creación de grupos de apoyo a nivel de educación secundaria, con participación de padres, educadores y estudiantes capacitados en la detección temprana de conductas de riesgo y que ofrezcan opciones alternativas.
- ✦ Creación de Escuelas de Padres a nivel de colegios y en la comunidad.
- ✦ Líneas telefónicas de atención en crisis, identificadas por los adolescentes y con personal capacitado .
- ✦ Creación de servicios de salud accesibles que permitan tratamientos oportunos y de calidad para la atención de adolescentes en riesgo.

- 
- ◆ **Leyes que regulen la adquisición de sustancias tóxicas .**
  - ◆ **Leyes que regulen el acceso de niños, niñas y adolescentes a bebidas alcohólicas, tabaco y drogas.**
  - ◆ **Programas de complementariedad preventiva específicos y de promoción de la salud.**
  - ◆ **Políticas estatales que efectivamente fortalezcan la familia y las instituciones de la comunidad donde se integren y participen los jóvenes.**

### **TIPOLOGIA DE PROGRAMAS PREVENTIVOS**

1. PROGRAMAS DE INFORMACION  
Información sobre las sustancias legales e ilegales.  
Información sobre efectos de las drogas, consecuencias y formas de prevención.
2. PROGRAMAS FUNDAMENTADOS EN LA AFECTIVIDAD  
Desarrollo personal y social para evitar las causas del consumo.  
Mejora de la autoestima y del auto-concepto.
3. PROGRAMAS DE ACTIVIDADES ALTERNATIVAS  
Actividad de ocio intra y extra-familiar.  
*Deportes y actividades recreativas.*  
*Actividades culturales, cívicas, de relación...*
4. PROGRAMAS DE CONTROL DE PRESIONES SOCIALES  
Esclarecimiento de las presiones sociales:  
    en el grupo de amigos,  
    entre los hermanos,  
    de los padres,  
    de la publicidad.  
  
Aprendizaje de las habilidades específicas para resistir las presiones.

### OBJETIVOS GENERALES EN LA ADOLESCENCIA

Las acciones, actividades y programas de prevención deben incluir las siguientes propuestas de prevención:

- De la deserción escolar.
- Del hábito de fumar, abuso de alcohol y abuso de otras sustancias.
- Del embarazo adolescente.
- De estados depresivos y suicidio.
- Del desempleo y preparación de transición exitosa.
- de comportamientos peligrosos de asumir riesgos (con drogas, con sexo sin protección, con auto-motores, con el uso de armas).
- De la delincuencia y/o parar progresión de delincuencia menor para criminalidad adulta.

### OBJETIVOS ESPECIFICOS DE PROGRAMAS JUVENILES

- \* Otorgar a los jóvenes herramientas y destrezas para enfrentar diversas situaciones y presiones que la vida diaria les depara.
- \* Reforzar la capacidad de los jóvenes para hacer frente a las presiones negativas, trabajando la autoestima y potenciando los valores y actitudes que lo conduzcan a conductas saludables.
- \* Transmitir información objetiva respecto al tema de las drogas y alcohol y los peligros que derivan del uso de distintas sustancias.
- \* Educar valores, ya que esto le enseña al joven comportarse como persona estableciendo jerarquía entre las cosas.

## **PROGRAMACIÓN BÁSICA**

### **Etapas I**

SENSIBILIZACIÓN - INFORMACIÓN

### **Etapas II**

MOTIVACIÓN-DIAGNOSTICO SITUACIONAL-  
FORMACION

### **Etapas III**

PLANIFICACION Y EJECUCION

### **Etapas IV**

EVALUACIÓN PROPUESTAS Y RECICLADO

## ESQUEMAS DE TALLERES PREVENTIVOS

### VALORES

CLASIFICANDO EL SISTEMA DE VALORES  
DE LOS ALUMNOS.  
APRENDIENDO A AJUSTAR SU COMPORTAMIENTO  
A TALES VALORES.

### ACTITUDES

DESARROLLANDO ACTITUDES A FAVOR DE LA SALUD Y,  
POR TANTO, INCOMPATIBLES CON EL ABUSO DE DROGAS.

### COMPETENCIAS

AUMENTANDO LA COMPETENCIA INDIVIDUAL PARA LA  
INTERACCIÓN CON OTRAS PERSONAS RELACIONÁNDOSE Y  
COMUNICÁNDOSE MEJOR CON LOS DEMÁS.

TOMA DE DECISIONES APRENDIENDO  
HABILIDADES PARA TOMAR DECISIONES

# ACTITUDES BÁSICAS PARA LA PREVENCIÓN

## Para los adolescentes

- Estimular el desarrollo de escuchar, de expresión verbal y no verbal y de comunicación.
- Fortalecer la capacidad de manejo de emociones (Ej.: rabia, enojo).
- Reforzar la capacidad de definir la mejor acción.
- Ofrecer preparación para enfrentar dificultades escolares y/o laborales.

## Influencias de padres y familiares

- Reforzar los conceptos de protección familiar y procreación responsable.
- Fomentar el reconocer esfuerzos y logros.
- Desarrollar comunicación afectiva con ellos.
- Aclarar roles en la familia y límites razonables.
- Favorecer la presencia de adultos significativos.

## 10 RAZONES PARA DECIRLE NO A LA DROGA

1. Porque te quitará tu libertad.
2. Porque te quitará tu Amor Propio.
3. Porque te quitará tu dignidad.
4. Porque te impedirá disfrutar con lucidez de las cosas esenciales.
5. Porque te quitará alegría.
6. Porque te adormecerá por dentro hasta convertirte en alguien insensible.
7. Porque te quitará dinero.
8. Porque te impedirá convertir en realidad tus planes y sueños.
9. Porque te quitará la Confianza.
- 10 ...y porque al final te quitará LA VIDA.

**No me des todo lo que pido: A veces sólo pido hasta ver cuánto puedo conseguir.**

**No me grites: Te respeto menos cuando lo haces y me enseñás a gritar a mí también. Y no quiero hacerlo.**

**No me des siempre órdenes: Si en vez de órdenes, me pidieras las cosas, yo lo haría más rápido y más a gusto.**

**No cambies de opinión tan a menudo, sobre lo que debo hacer: Decide y mantén esa decisión.**

**No digas mentiras delante de mí: Ni me pidas que las diga por tí, aunque sea para sacarte de un apuro. Me haces sentir mal y perder la fe en lo que me dices.**

**Cumple las promesas buenas o malas: Si me prometes un premio, dámelo; pero también si es un castigo.**

**Cuando estés equivocado en algo, admítelo y crecerá la opinión que tengo de tí: Así me enseñarás a admitir mis propias equivocaciones.**

**No me digas que haga una cosa, si tú no la haces: Yo aprenderé siempre lo que tú hagas, aunque no lo digas. Pero pocas veces haré lo que tú digas y no hagas.**

**Cuando te cuente un problema mío: no me digas “no tengo tiempo para bobadas” o “eso no tiene importancia”, sí la tiene para mí.**

**Cuando haga algo malo: No me “exijas” que te diga por qué lo hice. A veces, ni yo mismo lo sé.**

**Deja que me valga por mí mismo: Si tú lo haces todo por mí, yo nunca podré aprender.**

**No me compares con nadie (especialmente con mi hermano o hermana): Si me haces sentir mejor que los demás, alguien va a sufrir. Si me haces sentir peor que los demás, seré yo quien sufra.**

**Trátame con la misma amabilidad y cordialidad con que tratas a tus amigos: Porque seamos familia no quiere decir que no podamos ser amigos también.**

**Trata de comprenderme y ayúdame: Quiéreme y dímelo. A mí me gusta oírte decir, aunque tú no creas necesario decírmelo.**

**Contacto:**

**CIUDAD PREVENTIVA**

**[braha@terra.com.br](mailto:braha@terra.com.br)**

