

Actitudes parentales protectoras del consumo de alcohol y drogas en los adolescentes

Por la Lic. Alcira Greco Lavarello

El alcohol se ha convertido en Argentina en los últimos años en uno de los problemas más graves que afecta a adolescentes y jóvenes, siendo una de las principales drogas de "inicio".

Según los hallazgos de la 2ª. Encuesta Nacional a Estudiantes de Enseñanza Media, 2005, SEDRONAR, la edad de comienzo es 13 años, igual que para el tabaco, tanto para varones como para mujeres. La edad de inicio del consumo de marihuana y cocaínas se ubica en los 14 años en los varones y en 15 años en las estudiantes que declararon consumo.

Aunque la edad de sus hijos los está alejando del rol de "guía" que tuvieron en la infancia, pueden encontrar en esta etapa formas de diálogo abierto acerca de los peligros del abuso de sustancias.

Esta cartilla pretende entregarle algunos elementos para fortalecer factores protectores del consumo al interior de su familia.

AFECTO

- Reconocer que cada hijo/a es único/a. Aprender a conocerlo/a y aceptarlo/a tal como es.
- Demostrarle cariño a través del contacto físico y verbal, que adquiera seguridad de ser querido/a.
- Confiar en él/ella y demostrárselo.
- Estar disponible para escucharlo/a y compartir pequeños momentos
- Respetar su privacidad.
- Ayudarlo a que tenga éxito en las cosas que emprende y a enfrentar fracasos y errores.

COMUNICACIÓN

- Escuchar y respetar sus opiniones.
- Corregir sin descalificar, ridiculizar, sermonear o comparar.
- Ser leal.
- Reconocer los errores propios.
- Expresarle nuestros sentimientos.
- Buscar conciliar las necesidades mutuas.
- Promover el uso del tiempo libre en familia.

LIMITES

- Mantener normas claras, consensuarlas, y velar porque se respeten.
- Promover la autonomía, manteniendo el cariño y los límites.
- Aceptar los cambios con actitud abierta.
- Afirmar la noción de responsabilidad sobre los propios actos.

ACTITUDES PREVENTIVAS

- Establecer reglas claras sobre el uso de sustancias en la familia.
- Educarse sobre los efectos y consecuencias del consumo de alcohol, tabaco y drogas.
- Revisar el modelo de consumo que se trasmite a los hijos/as.
- Revisar la actitud frente al consumo excesivo.