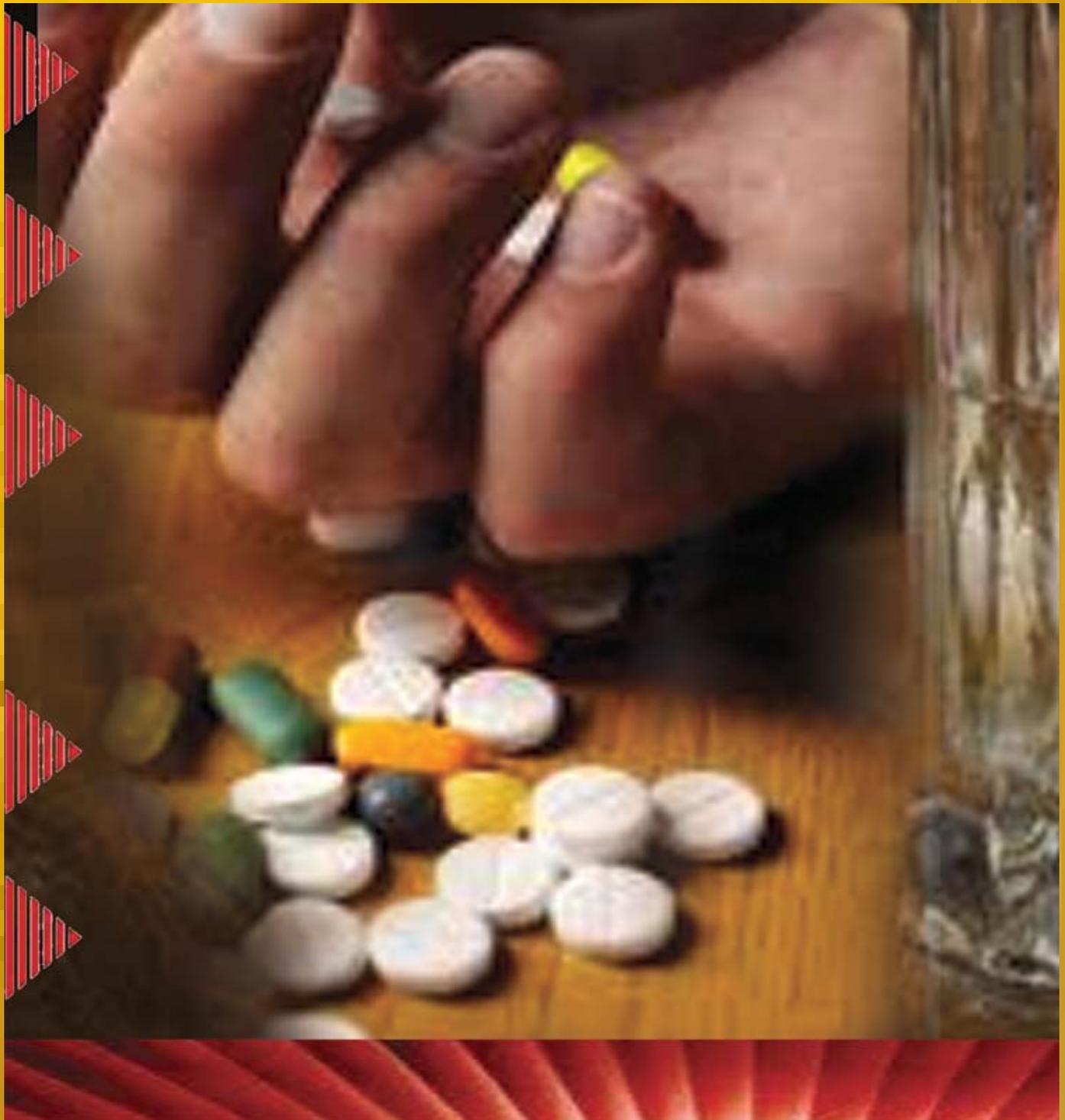


Señales de alerta del adolescente usando alcohol y/o drogas



¿Cómo saber si su hijo está sufriendo debido a una adicción?

Cuando llego el momento de que mi hijo entrara a la secundaria, me dije a mí misma, "Alerta. Esta es la edad en que muchos jovencitos empiezan a consumir drogas".

Yo hablaba con él al respecto, pero, él siempre me aseguró, que él nunca lo haría. Aún así, yo seguí manteniendo mi atención en él. Noté que estaba pasando por varias situaciones normales de la pubertad, y entre todos los cambios que creí que eran normales de la edad. Me di cuenta de que estaba pasando por etapas diferentes, a veces confundido, otras veces tristes, y a veces francamente agresivo. Otra vez me acerque a hablar con él, y otra vez, él me aseguró que todo estaba bien. Pero pronto, empezó a usar ropa diferente y tenía un estilo de pelo francamente "desagradable". Cuando le pregunté el porqué, él dijo que todos sus amigos vestían de esta manera, pero como insistí, montado de ira me gritó: "Ustedes los padres no entienden."

Tenía razón, yo no entendía, pero por dentro pensé que ésta era sólo la forma en que los adolescentes tratan de rebelarse a la autoridad o de escabullirse para no ser interrogados, ¿no?. Cuando él empezó la secundaria, era otra persona completamente diferente. No sé ni por qué me sorprendió el recibir la llamada del consejero para pedirme que fuera a reunirme para hablar del problema de mi hijo con las drogas.

Mirando hacia atrás, no podía creer que se me hubiesen escapado tantas señales de advertencia. La adicción de mi hijo era muy obvia, y yo no lo veía, aún y que siempre trate de estar atenta. Tal vez es que me asustaba creer que era cierto, y me negaba a ver lo que tenía enfrente.

Criar a un adolescente no es tarea fácil. Quizás es que yo trate de ser "diferente" a mis padres que siempre reaccionaban de mas cuando yo era adolescente. Pero tal vez, esa reacción exagerada fue la que me mantuvo responsable y segura. Afortunadamente, un consejero ha



intervenido y toda la familia hemos recibido la ayuda que necesitamos. Mi hijo asistió a un programa para adolescentes que incluye asesoramiento para la familia y que nos ha ayudado a mejorar nuestra comunicación. Se que no es fácil convivir con los adolescentes (nuestro hijo acaba de cumplir 13), pero ahora todos tenemos mejor comunicación, mejor habilidad para discutir, y sobretodo que mi esposo y yo sabemos la importancia de mantenerse atentos y disponibles para hablar.

Mi historia no es muy diferente de otras familias con adolescentes. El estrés que todos los adolescentes experimentan en los cambios de la edad y de los grados escolares, para algunos puede ser demasiado. Tanto que cuando salen de la primaria algunos pueden aceptar lo que les ofrezcan para aliviar el estrés. Es cuando a falta de actividades saludables y de la habilidad para afrontar el estrés, algunos adolescentes recurren a la marihuana y/o el alcohol. Y como también es normal de los adolescentes el que formen grupos entre ellos, es común que se agrupen de a cuerdo a preferencias, y donde el consumo de drogas es la diversión y lo que ayuda a que se sientan aceptados, el problema se intensifica. En el caso de mi hijo, para cuando él salió de la secundaria, él ya estaba usando medicamentos de prescripción y marihuana.

Usted, ¿sabe cuales son las señales de advertencia?

Es difícil saber si su hijo está usando drogas o alcohol porque los **adolescentes** generalmente pasan por varios cambios, los cuales pueden ser de humor, de carácter, de actitudes positiva a negativa, y vicesa, cambios en los hábitos de sueño, en el gusto de pasatiempos y otros intereses normales de la edad. Pero si usted se pregunta el que si podría estar experimentando, mire más de cerca, porque puede ser que así sea. También le puede ayudar el hablar con el médico que atiende a su adolescente y/o con su maestro o consejero de la escuela. La organización de lucha contra las drogas "Parents the Anti-Drug", en su sitio de internet aconseja que padres estén atentos a ciertas señales de alerta y esta son: depresión, retraimiento, aislamiento, falta de cuidado personal, o se muestra hostil. También fíjese como están las calificaciones de su hijo, si se lleva bien con los amigos y participa en deportes u otras actividades saludables. "Parents the Anti-Drug" también menciona las señales de alerta para los padres.



Fíjese si su adolescente

- Cambia de amigos
- Tiene cambios de comportamiento negativo en la escuela, no hace las tareas, tiene bajas calificaciones, no tiene interés en la escuela, y/o faltar a la escuela.
- Mantiene en secreto sus cosas o actividades
- Usa incienso, desodorante de ambiente, o loción para esconder o disfrazar olores de humo o químicos
- Cambios cuando habla con los amigos, o utiliza lenguaje con "código" para proteger su privacidad
- Cambio en la elección de la ropa, incluso le atrae la ropa con mensajes de apoyo al uso de drogas

- Aumenta la cantidad cuando pide dinero prestado
- Evidencia de artículos relacionados al consumo de drogas, como pipas, papeles de enrollar, etc
- Tiene muchos productos inhalantes (como spray para el cabello, esmalte de uñas, o corrector líquido), además de trapos y bolsas de papel
- A menudo utiliza gotas para los ojos, que pueden ser utilizados para tratar los ojos inyectados, rojizos o con dilatación de las pupilas
- Utiliza enjuagues bucales o pastillas de menta para cubrir el olor del aliento a alcohol
- Se le están desapareciendo los medicamentos de su botiquín, especialmente los sedantes y los tranquilizantes

Qué hacer

Para obtener más información, visite www.theantidrug.com o llame al Condado de San Diego de acceso y la Línea de Crisis al:

1 800 479 3339

para hablar con un consejero que le puede referir a un programa apropiado. Le contestarán consejeros capacitados, quienes están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Este documento se puede reproducir para ayuda y educación de la comunidad, sin fines lucrativos. Gracias por mencionarnos como la fuente.