

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

“MANUAL DE PREVENCIÓN DEL USO DE DROGAS PARA PADRES DE
ADOLESCENTES DE 12 A 17 AÑOS”

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN PRESENTADO AL HONORABLE
CONSEJO DIRECTIVO DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

LILIAN LEONORA LÓPEZ RUANO
YVONNE SOLARES POZUELO

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE

PSICÓLOGAS

EN EL GRADO ACADÉMICO DE

LICENCIATURA

GUATEMALA, JUNIO DE 2010

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

“MANUAL DE PREVENCIÓN DEL USO DE DROGAS PARA PADRES DE
ADOLESCENTES DE 12 A 17 AÑOS”

INFORME FINAL DE INVESTIGACION PRESENTADO AL HONORABLE
CONSEJO DIRECTIVO DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

LILIAN LEONORA LÓPEZ RUANO
YVONNE SOLARES POZUELO

PREVIO A OPTAR TITULO DE

PSICÓLOGAS

EN EL GRADO ACADÉMICO DE

LICENCIATURA

GUATEMALA, JUNIO DE 2010

MIEMBROS DE CONSEJO DIRECTIVO

Licenciada Mirna Marilena Sosa Marroquín

DIRECTORA

Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes

SECRETARIA

Licenciado Luis Mariano Codoñer Castillo

REPRESENTANTE DEL CLAUSTRO DE CATEDRÁTICOS

Jairo Josué Vallecios Palma

REPRESENTANTE ESTUDIANTIL ANTE CONSEJO DIRECTIVO



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO - CUM

4a. Avenida 9-45, Zona 1 Edificio A
TEL. 2485 1410 FAX 2485 1412 - 14
e-mail: psic@psic.usac.edu.gt

CC. Control Académico
CIEPs
Archivo
Reg. 214-2010
CODIPs. 995-2010

De Orden de Impresión Informe Final de Investigación

04 de junio de 2010

Estudiantes

Lilian Leonora López Ruano
Yvonne Solares Posuelo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiantes:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a ustedes el Punto TRIGÉSIMO PRIMERO (31º) del Acta TRECE GUIÓN DOS MIL DIEZ (13-2010), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 03 de junio de 2010, que copiado literalmente dice:

“TRIGÉSIMO PRIMERO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación, titulado: **“MANUAL PARA LA PREVENCIÓN DEL USO DE DROGAS PARA PADRES DE JÓVENES DE 12 A 17 AÑOS”**, de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

LILIAN LEONORA LÓPEZ RUANO
YVONNE SOLARES POSUELO

CARNÉ No. 9217296
CARNÉ No. 200320238

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Irma Vargas y revisado por la Licenciada Elena María Soto. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los Trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.”

Atentamente,

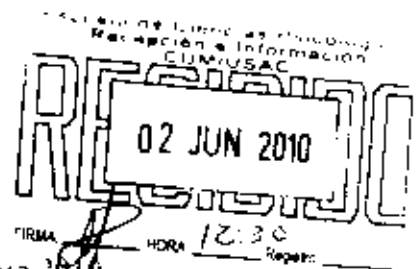
“DID Y ENSEÑAR A TODOS”

Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes
SECRETARIA



Nelveth S.

CIEPs 214-10
REG 114-09
REG 143-09



INFORME FINAL

Guatemala, 01 de junio 2010

SEÑORES
CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO

Me dirijo a ustedes para informarles que la Licenciada Elena María Soto ha procedido a la revisión y aprobación del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** titulado:

"MANUAL PARA LA PREVENCIÓN DEL USO DE DROGAS PARA PADRES DE JÓVENES DE 12 A 17 AÑOS".

ESTUDIANTE:
Lilian Leonora López Ruano
Ivonne Solares Posuelo

CARNE No:
92-17296
2003-20238

CARRERA: Licenciatura en Psicología

El cual fue aprobado por la Coordinación de este Centro el día 25 de Mayo 2010, y se recibieron documentos originales completos el 27 de Mayo 2010, por lo que se solicita continuar con los tramites correspondientes para obtener **ORDEN DE IMPRESIÓN**

"DID Y ENSEÑAD A TODOS"


Licenciada Mayra Frine Luna de Alvarez
COORDINADORA

~~Centro de Investigaciones en Psicología-CIEPs, Mayra Gutiérrez~~





ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CIEPs: 215-10
REG: 114-09
REG: 143-09

Guatemala, 01 de Junio 2010

Licenciada Mayra Frine Luna de Alvarez, Coordinadora,
Centro de investigaciones en Psicología
CIEPs - "Mayra Gutierrez"
Escuela de Ciencias Psicológicas

Licenciada Luna:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN**, titulado:

"MANUAL PARA LA PREVENCIÓN DEL USO DE DROGAS PARA PADRES DE JÓVENES DE 12 A 17 AÑOS."

ESTUDIANTE:
Lilian Leonora López Ruano
Ivonne Solares Posuelo

CARNÉ No.:
92-17296
2003-20238

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE** el día 19 de Mayo 2010, por lo que solicito continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciada Elena María Soto
DOCENTE REVISOR

Arelis
c.c. Archivo



Guatemala 14 de Abril de 2010

Licenciada
Mayra Luna Alvarez
Coordinadora de CIEP's
Centro de Investigaciones de Psicología
PRESENTE

Respetable Licenciada Luna:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la asesoría y revisión del **INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN** Tulado "**MANUAL PARA LA PREVENCIÓN DEL USO DE DROGAS PARA PADRES DE JÓVENES DE 12 A 17 AÑOS**" correspondiente a la carrera de Licenciatura en Psicología, Presentado por las estudiantes:

NOMBRE	CARNE
Lilian Leonora López Ruano	9217296
Yvonne Solares Posuelo	200320238

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por la Escuela de Ciencias Psicológicas y el departamento de Investigaciones, solicito continuar con los trámites correspondientes.

Atentamente,


Licenciada **Irma Vargas**
Colegiado No. 4244
ASESORA



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9a. Avenida 9-45, Zona 1, Edificio "A"
TEL.: 2445 1913 FAX: 2445 1913-4
e-mail: usacpsc@usac.edu.gt

CIEPs. 166-09
REG.: 143-09

APROBACIÓN DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Guatemala, 30 de octubre del 2009.

ESTUDIANTE:
Lilian Leonora López Ruano
Yvonne Solares Posuelo

CARNÉ No.:
92-17296
2003-20238

Informamos a usted que el PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, de la Carrera de Licenciatura en Psicología, titulado:

“MANUAL PARA LA PREVENCIÓN DEL USO DE DROGAS PARA PADRES DE JÓVENES DE 12 A 17 AÑOS DE EDAD”.

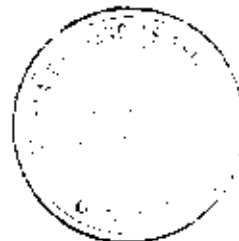
ASESORADO POR: Licenciada Irma Isaura Vargas Melgar

Por considerar que cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología -CIEPs-, ha sido APROBADO por la Coordinación de Investigaciones el 22 de octubre del 2009 y se solicita iniciar la fase de Informe Final de Investigación.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”


Licenciada Irma Isaura Vargas Melgar
DOCENTE REVISOR



Vo.Bo. 
Licenciada Mastra Luna de Alvarez, Coordinadora
Centro de Investigaciones en Psicología CIEPs. “Mayra Gutiérrez”

Sandra G
CC Archivo





**Colegio
Mixto**

"Juan Bautista Alberdi"

Guatemala, 30 de Octubre del 2009

Licenciada
Mayra Luna
Coordinadora
Centro de Investigación en Psicología –CIEP’s-
"Mayra Gutiérrez"
Su despacho

Licenciada Luna:

Por este medio hago constar que las estudiantes:

Lilian Leonora López Ruano
Yvonne Solares Pozuelo

Carné # 9217296
Carné # 200320238

Realizaron la aplicación de las entrevistas dirigidas a estudiantes de primero, segundo y tercer grado del ciclo básico de este plantel, en total 30 participantes el día martes 14 de Octubre del 2009 en horario de 8:30 a 9:30 am, así mismo a 15 padres de familia de estudiantes de primero, segundo y tercer grado del ciclo básico, el día martes 27 de Octubre del 2009 en horario de 8:00 a 10:00 am. Las entrevistas contenían información sobre el tema de las adicciones y como las previenen, esta información obtenida será de utilidad para su graduación como Licenciadas en Psicología.

Para los usos que a las interesadas convengan, me suscribo.


Licenciada **Julia Ramírez Orizabal**
Directora General
Colegio JUBA



RAZÓN: LO MENCIONADO EN
EL CUERPO DE ESTA CARTA CORRESPONDE AL TEMA DE
INVESTIGACIÓN TITULADO "MANUAL PARA PREVENCIÓN DEL USO
DE DROGAS PARA PADRES DE JUVENES DE 12 A 17 AÑOS" HAGO CONSTAR.

8ª. Avenida 9-77. Zona 17 Residenciales Vistal-sur - Telefax: 2258-1142 al 4:
juba_tucolegio@yahoo.com.mx

PADRINOS

Licenciada en Psicología Irma Vargas Melgar

Colegiado # 4244

Licenciada en Psicología Mariela Renata Fernández Salvatierra

Colegiado #

Doctor Salvador Solares Florián

Colegiado # 7106

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

Gracias dios, por darme la vida y permitirme culminar otra etapa más de todas las metas que me he propuesto en especial a mi esposo por su gran apoyo y paciencia en todo el proceso de mi carrera profesional como personal, gracias por estar siempre allí. Gracias también a mis dos grandes Amores mis hijos, Luis Rodrigo y Lucia por la paciencia, amor y comprensión que he tenido de ellos siempre. Y no podían faltar mis padres que me brindaron la vida, gracias por su ayuda moral y espiritual. A mis hermanos Cruz Rodolfo y Ledelso Leopoldo, por su apoyo incondicional. Y a mis amigos y amigas Gracias por su confianza y sinceridad. Y muy sinceramente le agradezco la gran paciencia y dedicación con la que nos guió a mi asesora Licenciada Irma Vargas.

Lilian Leonora López Ruano

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

DEDICO ESTE ACTO

A Dios ser supremo que me guía y que no es abstracto pues lo puedo ver en todas las buenas acciones de los seres humanos, por su bondad me dio un padre y una madre que me apoyan y con su ejemplo y constante preocupación me han ayudado a alcanzar mi título universitario, a mis hermanos Doris, Liss, Salva, Mauricio, Jacqueline, Vinicio y Rubí con afecto fraternal. Y a la vida que me permite reír, gozar, disfrutar, entristecer, desmayar y tomar nuevas fuerzas para cumplir mis propósitos y ver en los detalles sencillos la grandeza de la naturaleza y de los hombres y mujeres que día a día aprenden algo nuevo y se modifican para ser mejores.

AGRADEZCO

A la Universidad de San Carlos de Guatemala y a la Escuela de Ciencias Psicológicas porque en sus aulas me forme como profesional.

Al universo que conspira día a día para darme la oportunidad de construir mi futuro y practicar mi vocación de servicio a los demás. A mis amigos y amigas que han permitido compartir conmigo la amistad y los buenos momentos.

La experiencia de ser universitaria me hizo crecer con un pensamiento crítico, a aprender cada día algo nuevo aún de las cosas más sencillas y a apreciar el conocimiento científico para aplicarlo en mis acciones con responsabilidad, con amor y dedicación, a mí y los seres que habitan el planeta tierra, a los que quiero, respeto y admiro.

Yvonne Solares Pozuelo

ÍNDICE

	Pág.
Prólogo.....	01
CAPITULO I	
Introducción.....	03
Marco Teórico.....	05
<i>La familia.....</i>	<i>05</i>
<i>Relación de los adolescentes con las drogas.....</i>	<i>06</i>
<i>Consumo recreativo de las drogas.....</i>	<i>07</i>
<i>Cómo descubrir si un adolescente usa drogas.....</i>	<i>07</i>
<i>La escuela.....</i>	<i>08</i>
<i>Vida social/amigos.....</i>	<i>08</i>
<i>Vida emocional.....</i>	<i>08</i>
<i>Familia.....</i>	<i>09</i>
<i>Efectos físicos.....</i>	<i>09</i>
<i>Cómo fortalecer el carácter de sus hijos.....</i>	<i>10</i>
<i>Autoestima-autoconcepto.....</i>	<i>12</i>
<i>Factores de riesgo.....</i>	<i>14</i>
<i>Factores que previenen que su hijo se acerque al consumo de</i> <i>Drogas.....</i>	<i>16</i>
Drogas.....	17
<i>Drogas en Guatemala.....</i>	<i>18</i>
<i>Tipos de drogas.....</i>	<i>19</i>
<i>La familia del adicto.....</i>	<i>28</i>
CAPITULO II	
Técnicas e instrumentos.....	32

CAPITULO III

Presentación, análisis e interpretación de los resultados.....	34
--	----

CAPITULO IV

Conclusiones.....	58
Recomendaciones.....	59
Bibliografía.....	60

ANEXOS

Entrevista dirigida a estudiantes de primero, segundo y tercer grado del ciclo básico del colegio “Juan Bautista Alberdi”.....	62
Entrevista dirigida a expertos en adicciones.....	67
Entrevista dirigida a padres de familia de primero, segundo y tercer grado del ciclo básico del colegio “Juan Bautista Alberdi”.....	72
“Manual para la prevención del uso de drogas para padres de jóvenes de 12 a 17 años de edad”.....	77
Resumen.....	91

PRÓLOGO

Uno de los más graves problemas de salud que vive la humanidad es el de las adicciones, que es también uno de los mayores peligros para nuestras familias, porque las drogas roban lo mejor que se tiene las niñas, niños, adolescentes y jóvenes y, con ellos, el futuro, los sueños y los de los padres. Cada vez que un joven tiene, por primera vez, un acercamiento a la droga se expone a la posibilidad real de convertirse en un adicto poniendo en riesgo no sólo su vida sino también el proyecto de vida.

Las drogas, el narcotráfico y las adicciones no son problemas relacionados exclusivamente con la policía o los tribunales, son problemas estrechamente vinculados con la sociedad y todas las autoridades. Esta problemática debe tratarse, hablarse y discutirse en todos los grupos sociales: el núcleo familiar, los amigos, maestros y alumnos, etc. con el fin de conocer, difundir y actuar ya que en estos temas no hay ideologías o puntos de vista incompatibles; ante estos problemas perdemos todos o ganamos todos.

La preocupación de muchas familias al saber que los hijos corren este riesgo y sentirse atados porque no tienen la suficiente información para luchar contra las adicciones. Los jóvenes viven una amenaza, desde las sustancias volátiles y la marihuana hasta las más complejas combinaciones químicas en pastillas y bebidas. Los jóvenes sin importar lugar de procedencia o nivel socioeconómico están expuestos diariamente a este problema. Por eso, la importancia de este manual es dar a los padres de familia la información necesaria para alejar a sus hijos de este peligro. Este trabajo busca la prevención del uso de drogas con la promoción de acciones positivas y conductas saludables y con la práctica de una educación basada en el fortalecimiento positivo del carácter y la confianza dentro del seno familiar y en la escuela. El ideal es lograr que no haya ni siquiera el primer consumo ni el intento; que los jóvenes tengan claro que por ahí no se debe pasar. Y no como una prohibición que limite su libertad sino como medio para obtenerla ya que cualquier adicción coarta la libertad del individuo porque aniquila la voluntad.

Este manual va dirigido a los padres de familia para que logren que sus hijos y nuestras hijas caminen seguros y dueños de su futuro.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

En Guatemala, la educación es el medio más idóneo con que cuenta la sociedad, para formar al individuo, ésta desarrolla sus aptitudes y lo incorpora según su individualidad a la colectividad, en el medio sociocultural al que pertenece. La educación fomenta la responsabilidad a los cambios de la vida y engrandece su condición humana. Corresponde entonces, a la familia, escuela y sociedad la intervención en el proceso educativo para posibilitar que cada individuo alcance la madurez de una manera armónica y logre su adecuada integración a la sociedad.

Según la información de los diferentes medios de comunicación social, ejemplo: prensa, Internet, televisión etc. En la actualidad ha aumentado la oferta y la demanda de las drogas en el país, siendo niños y jóvenes los más vulnerables a dichos problemas. Es por ello que es necesario prevenir su uso. En el capítulo I se refiere a la familia, y a la relación de los adolescentes con las drogas. Por lo que Los padres de familia deben desempeñar un rol fundamental, ya que, en compañía de los maestros, son quienes pueden facilitar al alumno la información adecuada que le permita una vida libre de drogas. ¹

El uso indebido de drogas representa en la actualidad una temible amenaza para todos los padres, de hijos adolescentes o niños, que tengan la sospecha que su hijo se droga o estén seguros que lo hace provocando en ellos un estado de ansiedad o miedo que los paraliza dejando que la situación se agrave, en muchos casos por que no saben a donde acudir o quien puede ayudarlos en este difícil problema. En el mismo capítulo mencionado se encontrara como descubrir si un adolescente usa drogas y factores de riesgo. Uno de los aspectos más serios del problema es que los adolescentes, y sobre

¹ **Elmer Romero Ramírez Valladares** "las drogas en padres de familia y las acciones de prevención contra la drogadicción" tesis universidad San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades. Pág.2. Guatemala (1998).

todo los preadolescentes, son más propensos que los adultos a caer en el uso indebido de drogas de una manera fácil y rápida. Otro aspecto es que los adolescentes se consideran milagrosamente libres a la adicción, del mismo modo que se consideran inmunes al embarazo y a enfermedades serias, debido a la etapa de la vida que atraviesan.

Pero el mayor problema radica en que los adolescentes necesitan ser independientes, ello los lleva a desdeñar las opiniones de los padres y a creer que sólo los amigos saben y dicen la verdad. Es por ello que en el presente trabajo se encontrara como fortalecer el carácter de los hijos a si como el auto estima – autoconcepto y los factores que previenen que su hijo se acerque al consumo de drogas. Los adolescentes temen al dominio de sus padres y menosprecian sus enseñanzas, en consecuencia muchos de ellos actuarán como si su edad automáticamente les confiriera una mayor sabiduría.

Una de las primeras formas de prevenir que sus hijos se acerquen a las drogas, es mostrar respeto hacia ellos, sus opiniones y escucharlos con atención y análisis, no ser impacientes e interrumpir su conversación aunque ésta no sea del agrado de los padres, mostrar interés por las cosas que a sus hijos le importan, dejando de lado los intereses de los padres, quienes deben mostrarse atentos y comprensivos.

El presente trabajo se fundamenta en la terrible amenaza que constituyen las drogas para la vida sana y productiva de niños y adolescentes en el país. Así mismo cómo los padres pueden prevenir ésta situación que puede llegar a convertirse en un verdadero conflicto familiar. El enfoque de atención primaria que aquí se describe se refiere a prevenir el problema del consumo de drogas en niños y adolescentes antes de tener que intervenir en un problema de adicción. En la prevención del consumo de drogas en jóvenes es indispensable la participación de los padres y la escuela que son el medio en el que los niños y adolescentes crecen, se desarrollan y fortalecen el carácter, para saber qué puede perjudicar su salud y su estado psicológico. Es en el hogar y la escuela donde los jóvenes deben informarse de los efectos nocivos de las drogas y el deterioro que causan en su personalidad truncando sus metas y su éxito futuro.

Así mismo se plantea una guía que oriente a padres de familia sobre cómo prevenir que sus hijos se acerquen al consumo de drogas, en ella se detallan los aspectos teóricos más importantes de las drogas y sus consecuencias así como darles a sus hijos la seguridad, confianza y un buen desarrollo del autoconcepto para decir no en el momento que la presión social se presente.

El objetivo principal de esta investigación es contribuir a la prevención de consumo de drogas en niños y adolescentes en el país. Y cómo la psicología como disciplina de la conducta y el desarrollo cognitivo puede contribuir al conocimiento de factores protectores que ayudan a evitar el consumo de drogas en los jóvenes, informándolos de qué significa una adicción, qué son las drogas, sus consecuencias y cómo desarrollar su capacidad de enfrentar situaciones de riesgo y cómo el papel de los padres en la escuela es de vital importancia.

MARCO TEÓRICO

LA FAMILIA

La familia es el núcleo o el epicentro donde se forma la sociedad o el país. Por esta razón no debe de ser maltratada, violada, esclavizada y/o ignorada por su color de piel, desterrada por sus orígenes o principios de religión. Tampoco debe ser obviada por el sitio donde se ubica o vive en este mundo. Los lazos principales son de dos tipos: vínculos de afinidad derivados del establecimiento de un vínculo reconocido socialmente, como el matrimonio que, en algunas sociedades, sólo permite la unión entre dos personas mientras que en otras es posible la poligamia, y vínculos de consanguinidad, como la filiación entre padres e hijos o los lazos que se establecen entre los hermanos que descienden de un mismo padre. También puede diferenciarse la familia según el grado de parentesco entre sus miembros:

- familia nuclear, padres e hijos (si los hay); también se conoce como círculo familiar.
- familia extensa, además de la familia nuclear, incluye a los abuelos, tíos, primos y otros parientes, sean consanguíneos o afines.
- familia monoparental, en la que el hijo o hijos vive (n) sólo con uno de los padres.
- otros tipos de familias: aquellas conformadas únicamente por hermanos, por amigos donde el sentido de la palabra "familia" no tiene que ver con un parentesco de consanguinidad, sino sobre todo con sentimientos como la convivencia, la solidaridad y otros, etcétera, quienes viven juntos en el mismo espacio por un tiempo considerable.

Existen sociedades donde al decir "familia" se hace referencia a la familia nuclear, y otras en las que se hace referencia a la familia extensa. Este significado es de origen cultural y depende en gran parte del grado de convivencia que tengan los individuos con sus parientes.

RELACIÓN DE LOS ADOLESCENTES CON LAS DROGAS

Muchos son los factores que influyen en cuanto a la decisión de un adolescente sobre el ingerir o no una droga. Existe una gama tan impresionante de motivos o excusas que usan los adolescentes en edad escolar de nivel medio superior que sería imposible determinar un solo tratamiento para evitar que este mal siga creciendo. Tal vez la mejor manera de prevenir la drogadicción en los adolescentes debido a esta gama de factores que influyen en su decisión sería el de representar escenas comunes a las que se enfrentan los adolescentes donde les es ofrecido el consumir drogas o donde han sentido la curiosidad por probarlas.

Esta es tal vez la mejor opción, que se le puede ofrecer a un adolescente, el que éste se pueda situar a él mismo en una representación e interpretar de manera reflexiva el rol que desarrolla otro individuo y de ésta manera identificarse, se lograría un mejor acercamiento al objetivo de la mayoría de las campañas anti-drogas.

Actualmente las campañas que se emprenden en la televisión pretenden evitar la drogadicción en adolescentes. Esta nueva forma de representar las vivencias en televisión de la vida de los adolescentes pretende desde un punto de vista de la cultura juvenil, reforzar y desarrollar una actitud crítica hacia las drogas informando y previniendo sobre los efectos o consecuencias del ingerir drogas. El éxito o fracaso de una campaña publicitaria en televisión dependen del grado de realismo con el que se toca o representa el tema de las drogas. No basta con decir que las drogas son malas o que las drogas no tienen nada que ver con el alcohol. El realismo con el que actualmente las campañas de publicidad en Guatemala se realizan es una buena manera de empezar a trabajar sobre la prevención de la drogadicción. Esta impresión cruda pero al fin verdadera de las situaciones por las que pasa un adolescente representadas en televisión favorece la identificación del público joven con situaciones que le pueden ayudar a no aceptar o simplemente evitar el consumo de drogas.

EL CONSUMO RECREATIVO DE LAS DROGAS

El consumo recreativo se refiere al consumo que tiene por fin promover el placer, la felicidad o la euforia del consumidor. Los propósitos más específicos bajo este amplio paraguas incluyen la sociabilidad, el descanso, el alivio al aburrimiento, la jovialidad, los sentimientos de armonía, la mejora de la sexualidad y demás. Aún cuando son muchos los casos dudosos, hay abundantes ejemplos paradigmáticos del consumo recreativo de las drogas. Las entrevistas con los consumidores indican que se inclinan a tomarlas en dos ocasiones generales. Primero, en un intento para mejorar lo que anticipaban como un buen momento (de aquí el uso frecuente de las drogas en fiestas, conciertos, sexo, etc.). Segundo, para hacer menos aburridas tareas rutinarias y sin sentido (de aquí su uso, por parte de las mujeres, durante la limpieza de la casa, cuando cocinan). Y otras actividades en ambos géneros².

CÓMO DESCUBRIR SI UN ADOLESCENTE USA DROGAS

El uso ocasional de drogas por parte de los hijos en los estadios uno (Inicio del consumo) o dos (consolidación del consumo) es muy difícil de reconocer, a menos que los protagonistas mismos lo cuenten. Los signos reconocibles del uso de drogas aparecen más tarde, usualmente durante los estadios tres (evidencia del consumo) y cuatro (deterioro como límite).

Para saber si un adolescente usa drogas, es necesario tener un marco de referencia, es decir que es necesario saber cuál es el comportamiento normal de ese sujeto. A partir de ahí, podrán observarse los cambios sustanciales. Algunos de esos cambios pueden ser normales y saludables; otros son problemáticos. De estos últimos, sólo algunos estarán relacionados con las drogas. Independientemente de la causa, si los padres observan

² **Mark A. Bells, Karen Hughes.** Revista "Sociodrogalcohol". ISSN 0214 No. Extra 2, Pag.289. Bolivia. (2003).

grandes cambios negativos en el hijo, querrán intervenir de alguna manera. Seguramente el hijo necesite esta intervención³.

A continuación se propone una lista de signos y síntomas que pueden indicar el uso de drogas en diferentes ámbitos donde se desarrollan los adolescentes:

Escuela

- Mayor ausentismo y llegar tarde a clase
- Disminución en las calificaciones
- Problemas de conducta en la escuela
- Actitud negativa en relación con la escuela

Vida social / amigos

- Abandono de antiguas actividades
- Abandono de viejos amigos. Trato con nuevos amigos que usan drogas
- Llamadas telefónicas extrañas que encubren comunicaciones sobre drogas

Vida emocional

- Cambios básicos en el modo de ser: los que salen mucho se vuelven hogareños, los hogareños, siempre salen; los tranquilos se vuelven inquietos.
- Incidentes de cambios de humor inexplicables: euforia seguida de tensión e inquietud.
- Mayor indiferencia en relación con todo: escuela, deportes, otras actividades

³ **Robert Schwebel** "Como tratar con sus hijos del tema del alcohol y de las drogas" ediciones Paidós Ibérica, S.A., Pág.15. (1991)

Familia

- Actitud muy reservada (no confundir con la necesaria vida privada)
- Alejamiento de la familia
- Menor responsabilidad en el hogar
- Mayores conflictos en el hogar

Efectos físicos

- Irritación de ojos
- Deterioro en la higiene personal
- Pérdida de peso (en el caso de algunas drogas)
- Trastornos del sueño
- Fatiga o hiperactividad

También existen varios tipos de evidencia física que sugieren el posible uso de drogas, como los siguientes accesorios típicos de los consumidores:

- Uso de incienso (posiblemente para tapar el olor del humo de la marihuana).
- Misteriosa disminución de la provisión de cerveza o licor.
- Falta de dinero u otros objetos de valor.
- Desaparición de prescripciones de droga de otros miembros de la familia.

Algunos de los llamados signos del uso de drogas pueden deberse a varias razones además de la droga. Puede tratarse de conductas adolescentes normales. “En una ocasión vino a verme un matrimonio que estaba convencido de que el hecho de que su hija tuviera los ojos irritados era una prueba cabal de uso de drogas. La pobre niña sufría de alergia y ni se le hubiera ocurrido acercarse al alcohol o a otra droga”⁴.

Muchos cambios que alarman a los padres pueden ser simplemente parte del desarrollo adolescente normal. La mayoría de los adolescentes

⁴ **Luis Alberto Valverde Obando** “Drogadicción: los hijos de la negación” Editorial Universidad de Costa Rica. Pág. 11 (Enero 2003).

comienzan a tener nuevos amigos, pasan menos tiempo con la familia y desafían los valores adultos. Los cambios de conducta pueden deberse a problemas que no se relacionan con el uso de drogas, porque los disturbios emocionales, familiares y sociales son muy comunes a esta edad. No obstante, los cambios han de ser motivo de consideración por parte de los padres.

CÓMO FORTALECER EL CARÁCTER DE SUS HIJOS

Formar el carácter requiere una serie de hábitos que poco a poco adquirirán sentido.

¿Cómo pueden educar los padres a sus hijos para formar personalidades fuertes? muchos consiguen realizar bien esta tarea, fortalecer su carácter y ayudarlos a enfrentar con éxito las influencias perjudiciales que no pueden evitarse. El liderazgo de los padres permite que sus hijos tengan a la vista el ejemplo de verdaderos héroes de la vida cotidiana, de guías reales, por lo que en el fondo los hijos quedan convencidos de que vale la pena ser como sus padres e imitarlos. Ese liderazgo auténtico es exigente, requiere congruencia por parte de los padres, sólidas convicciones, un esfuerzo constante por llevar a la práctica lo que dicen y lo que creen; una enorme constancia para formar hábitos positivos en sus hijos, así como una gran cercanía afectiva con ellos.

El auténtico liderazgo de los padres permite la identificación positiva de los hijos con sus progenitores. El momento en que los padres empiezan a educar es otra de las razones del éxito. Los padres de los niños que llegaron a la madurez con sus valores intactos sin duda ejercieron un liderazgo firme e inteligente desde que sus hijos estaban en edad preescolar; establecieron oportunamente un marco definido de reglas y de disciplina, con lo que consiguieron formar la conciencia y el carácter de sus hijos⁵.

La flexibilidad y la comprensión no están reñidas con las normas y los límites de la convivencia; al contrario, se apoyan y se facilitan mutuamente,

⁵ **Brooks, Robert y Goldstein, Sam.** “Cómo fortalecer el carácter de los niños” Editorial Tapa Blanda. 1era Edición. Madrid. Pág. 38. (2003).

además de ayudar a establecer un clima familiar armonioso. La familia no es el ejército: es el ámbito del amor y de la aceptación incondicional, pero es también donde las personas crecen como tales, donde unos a otros se animan a ser mejores⁶.

No hay que esperar a que los niños crezcan para educarlos; los marcos de referencia establecidos en la edad temprana servirán toda la vida. Otro de los factores determinantes de una buena formación es que los padres tenían una estrategia a largo plazo, un proyecto educativo para sus hijos. Desde que éstos eran pequeños los padres reflexionaron, intentando contestar esta pregunta: “¿Qué clase de hombre y mujeres quiero que sean mis hijos al llegar a su madurez?” “¿Qué necesito hacer ahora para convertir ese proyecto en realidad?” Y ponían manos a la obra, intentando fomentar hábitos positivos a partir de varias premisas:

1. Acrecentar el amor familiar y hacia las demás personas, y demostrarlo en la vida cotidiana.
2. Un sistema de creencias, una recta filosofía de la vida que oriente a ésta.
3. Esperanza en el futuro, sin visiones ingenuas, pero sin pesimismo; con la confianza de que está bien lo que hacen por educar a sus hijos y de que éstos les responden positivamente.
4. Capacidad de juzgar con acierto en las grandes cuestiones de la vida y en las pequeñas decisiones, actuando con criterio propio y sin dejarse manipular por lo que opina la mayoría.
5. Sentido de la responsabilidad y del respeto hacia los demás.
6. Hábitos de autocontrol de los deseos y los sentimientos⁷.

Desde los primeros años de vida de sus hijos, los padres deben hacer para ellos un proyecto educativo. Los adolescentes y los jóvenes responsables, auto-disciplinados, seguros y con convicciones provienen de hogares con padres que tienen esas características y que además se preocuparon de

⁶ **Alva Reyes, María Jesús.** “El no también ayuda a crecer”. Editorial Tapa Blanda, 1era Edición. Madrid. Pág. 281. (2004).

⁷ **Roca Villanueva, Elia.** “Cómo mejorar las habilidades sociales, programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional”. 2da Edición, Editorial Escalones. Valencia. Pág. 175. (2005).

formarles el carácter, conscientes de la subcultura que por todas partes acecha a sus hijos.

AUTOESTIMA-AUTOCONCEPTO

Se define brevemente ambos conceptos, a continuación se muestra la relación que tiene el autoconcepto con la autoestima, y que ambas están profundamente ligadas, después se explica cómo se ha podido formar ese criterio sobre sí mismos.

Autoestima: es el valor que se le concede a la imagen de sí mismo, en otras palabras, el cariño que se tiene de ser como se es. Una persona, en este caso un niño o niña, que se siente sin confianza en sí mismo, sin la sensación de quererse y de ser querido no podrá lograr un nivel de desarrollo adecuado en cualquier faceta de su vida.

Para favorecer la autoestima se debe:

- × Aceptar a los hijos e hijas tal y como son. La aceptación implica que no hay comparaciones.
- × Ser cariñosos. Desde el verdadero cariño se dicen bien todas las cosas.
- × Demostrarles a los hijos que se tiene interés por lo que son y por lo que hacen. Ellos necesitan saber que son muy valiosos y que los padres les deben de proporcionar esos sentimientos.
- × Permitirles actuar sin sobreprotegerlos continuamente. Exigirles hasta donde pueden llegar.
- × Confiar en ellos o ellas.
- × Hacerles ver sus progresos y apoyarlos en las dificultades valorando sus esfuerzos.
- × Señalar unas normas claras, coherentes y cumplirlas⁸.

Autoconcepto: se refiere a la percepción que una persona tiene de sí misma. Es la propia descripción, es la suma de creencias de un individuo sobre sus cualidades personales, es decir “que sabe (o cree saber) de él mismo”. Este concepto de sí mismo se va formando a lo largo de la vida.

⁸ Nathaniel Brandan. **“los seis pilares del autoestima”** Editorial Paidós. México. Pág. 170. (1995).

Cómo se establece nuestro “yo”

Desde épocas antiguas, los filósofos griegos recomendaban “conócete a tí mismo”. Porque se puede sentir el ser humano tímido o lanzado, inteligente o tonto, atractivo o no, etc. El criterio sobre sí mismo se forma a través de cómo se interpretan las acciones y sobre todo en la infancia, de cómo las interpretan los demás, cómo piensan y sienten sobre lo que se hace, en la infancia influyen en especial que los padres contribuyen en la formación del criterio sobre sí mismo.

Ejemplo: si el padre, la madre o el maestro ante un obstáculo en matemática le dijo al pequeño:

- × “Es extraño porque tú eres muy bueno en matemática, quizás dedicaste poco tiempo” el pensamiento confirmará “soy muy bueno en matemática, dedicaré más tiempo”.
- × Pero si su respuesta es “Es que a tí te cuestan mucho la matemática”, el pensamiento confirmará “no valgo para la matemática, no merece la pena esforzarme”⁹

Y de esta forma se creará que se vale o no se vale para tal o cual cosa, que se es valiente, vergonzosos, etc. No es únicamente lo que se dice, sino los sentimientos que se transmiten sobre las capacidades propias, y forma de ser lo que ayuda a ir formando un criterio de cómo se cree que se es.

Pero a veces se tienen contradicciones a través de la conducta y también al compararse con los demás para medir cómo se es, por ejemplo se piensa:

- × Sí salgo con frecuencia con amigos creo que soy extrovertido.
- × Pero siento timidez, entonces es que soy tímido.
- × Con mi familia soy extrovertido, pero con las chicas soy tímido¹⁰.

Cómo soy realmente

⁹ Sureda García, Inmaculada. **“Cómo mejorar el autoconcepto”** Editorial CCS. España. Pág. 40. (2005).

¹⁰ **Román Sánchez, José María y Alonso García, Julia.** **“Educación familiar y Autoconcepto”**. Ediciones Pirámide, Madrid. Pág. 78. (2003).

Los seres humanos adoptan una serie de roles diferentes: con la familia, con los amigos, en el trabajo y se observa que se comportan de forma diferente ¿porqué? Púes en muchas ocasiones el comportamiento repitiendo el “papel” que se espera, en otras se procede con mayor libertad.

Se puede cambiar el comportamiento

Hacerlo solos no es una tarea fácil, ya que algunos de los comportamientos están muy fuertemente arraigados en el cerebro, pero intentarlo siguiendo estas pautas:

- × **Detección:** cuando se encuentra en una determinada situación que resulta incómoda, es que ahí hay un problema.
- × **Análisis:** piensa qué te ha pasado, porque has reaccionado así, que hubieras podido hacer para sentirte más a gusto con tu conducta, y porqué crees que no lo has hecho.
- × **Acción:** la próxima vez, intenta comportarte de la forma que te hubiera hecho sentir bien.

FACTORES DE RIESGO

Los factores de riesgo son las circunstancias, condiciones o características del adolescente que aumentan su posibilidad de incurrir en el uso y abuso de las drogas. Tales factores tienen un efecto acumulativo porque a mayor número de ellos, mayor la probabilidad de caer en la adicción y son también interdependientes, porque la presencia de uno puede traer consigo la de otros. Para facilitar la comprensión y el manejo de los factores de riesgo, se han clasificado en tres categorías: factores individuales, familiares y sociales, factores individuales.

Edad: aunque parezca obvio vale la pena recordar que las drogas suelen cobrar sus víctimas entre los jóvenes y que la juventud es el factor de riesgo muy real.

Falta de fé: la ausencia de creencias religiosas, la indiferencia ante los aspectos espirituales de la vida y la falta de ideales, han sido identificados como factores asociados a la drogadicción¹¹.

Impulsividad: éste es un rasgo de la personalidad que se manifiesta en la tendencia de actuar por precipitación y sin medir las consecuencias de los actos, a correr riesgos, a hablar sin meditar en lo dicho y a incurrir frecuentemente en situaciones de conflictos como resultado de la conducta irreflexiva.

Imagen negativa de sí mismo: al llegar a la adolescencia, el jóven se cuestiona a sí mismo hasta que logra establecer una identidad, la propia, es decir una imagen definida, una especie de autorretrato que revela las características físicas y temperamentales, las aptitudes y limitaciones, las cualidades y los defectos que hacen de él una persona única e irrepetible. En tanto, por su variedad y cantidad los elementos que forman esa imagen, que la pintan de blanco o negro, según su apreciación general puede ser negativa o positiva.

Bajo rendimiento académico: las evidencias abundan, respecto de que el bajo rendimiento académico y la apatía en el colegio son factores frecuentes asociados con las adicciones, esto debe explicarse, en parte, porque el desinterés y el aburrimiento invaden el ánimo de los jóvenes que acumulan un fracaso tras otro en los estudios.

Consumo prematuro del alcohol: son muchos los factores que pueden inducir al consumo prematuro del alcohol, entre ellos están: la curiosidad, la presión de los amigos, el deseo de vencer la timidez, de sentirse independientes o de aparentar mayor edad, la identificación con los padres o adultos bebedores, o la rebelión contra los que no lo son.

La depresión: es un trastorno mental que se caracteriza por síntomas como: decaimiento, apatía, desinterés, lentitud en los movimientos, falta de

¹¹ <http://labibliaweb.com>.

sueño y, apetito, pérdida de peso, falta de energía, sentimientos de culpa y subvaloración de sí mismo; en casos muy severos, la depresión puede llevar a comportamientos autodestructivos, como la drogadicción y el suicidio.

Tendencia a los comportamientos transgresores: se conocen como comportamientos transgresores aquellas conductas que desafían, abiertamente, a la autoridad y violan las normas establecidas por la comunidad; más concretamente, son aquellos actos que reflejan una actitud permanente sistemática de irrespeto, agresividad, resentimiento, desobediencia, venganza, atropello, y afán de destrucción.

FACTORES QUE PREVIENEN QUE SU HIJO SE ACERQUE AL CONSUMO DE DROGAS

- × Expresión y manejo de emociones de manera constructiva.
- × Buena autonomía.
- × Alta autoestima.
- × Alto sentido de pertenencia.
- × Optimismo y buen humor.
- × Familia funcional y armoniosa.
- × Escuela propositiva.

DROGAS

Según la OMS “droga” es toda sustancia que, introducida en el organismo por cualquier vía de administración, produce una alteración en el funcionamiento del sistema nervioso central del individuo y es, además, susceptible de crear dependencia, ya sea psicológica, física o ambas. Se desglosará más adelante esta definición, esto ayudará a entender mejor el concepto de las drogas como sustancias, ya que se convierte en el objeto de una relación cuando esta llega a hacerse activa. Las drogas son sustancias

que afectan a nuestro cuerpo y cambia el estado de ánimo de las personas que los consumen¹².

La droga, en sí, no existe: es el sujeto drogadicto quien convierte ciertas sustancias en drogas, al establecer con ellas un tipo de relación y unas formas o patrones de uso. La existencia de las drogas no es la causa de la droga-dependencia.

En la producción del fenómeno, en la dependencia, existe una relación de causalidad entre el consumo de drogas, los factores dependientes de la persona consumidora y su ambiente social. Conocer los conceptos y la clasificación de las drogas permite después entender mejor la problemática asociándolo que excluye de las “drogodependencias” conductas tales como ludopatía, ver en exceso la televisión, videojuegos, etc. Sin embargo estas conductas son susceptibles de provocar adicción. En todas: tanto las legales como las ilegales, de hecho, las drogas más consumidas en nuestra sociedad y que causan un mayor número de problemas son el tabaco y el alcohol cuyo uso está permitido.

Por este motivo, la prevención, cuando se ocupa de las sustancias, debería insistir principalmente en el tabaco y el alcohol no minusvalorando los riesgos de consumo. Cualquier vía de administración no específica, ya sea ingerida, como por ejemplo el alcohol y los medicamentos, o bien sí fuman como el tabaco y la marihuana, otras pueden administrarse por la vía endovenosa (inyectada), y algunas también pueden ser aspiradas por la nariz, etc.

Las alteraciones no ocurren exclusivamente a nivel psicológico o físico, sino que también se altera el entorno familiar, el ambiente de trabajo, de estudio y hasta el sistema de valores y creencias del individuo.

Se puede concluir en cuanto a lo que son las drogas, que todo tipo de sustancia que altere los parámetros normales de vida del individuo que las consume se considera droga, sean lícitas o no. No necesariamente hay que

¹² resultados de las entrevistas a estudiantes de 1ro, 2do y tercero básico del colegio JUBA “Juan Bautista Alberdi”. Octubre 2009.

considerar drogas solo a aquellas clasificadas como ilícitas o prohibidas, pues los medicamentos también son o contienen drogas adictivas, así como lo son el alcohol o componentes del tabaco (nicotina) y la cafeína presente en el café y el té¹³.

LAS DROGAS EN GUATEMALA

El consumo de drogas persiste como un problema complejo y multicausal, que afecta la salud de la población guatemalteca, especialmente la adolescente. Para aportar información epidemiológica, a nivel nacional, SECCATID realizó en el año 2002, el estudio denominado "Estudio Nacional sobre la Desregulación Psicológica y su Relación con el Uso de Drogas entre Adolescentes Guatemaltecos". Los principales objetivos de ese estudio fueron: 1) determinar, en una muestra nacional aleatoria de estudiantes de escuelas públicas y privadas de Guatemala entre 12 y 20 años de edad, el porcentaje de jóvenes que registran haber utilizado cada una de 11 drogas estudiadas, 2) calcular la edad promedio del primer uso de estas drogas, 3) examinar si un indicador de "desregulación psicológica" puede distinguir entre jóvenes de diferentes niveles de riesgo de abuso de drogas, y 4) identificar los factores, personales, familiares, de los pares y de la escuela que están asociados a un mayor o menor riesgo de uso de las drogas.

El estudio se realizó con una muestra estadísticamente representativa de aproximadamente 7,500 estudiantes de las 22 cabeceras departamentales del país. Adicionalmente se estudió una muestra por conveniencia de 1,000 jóvenes de grupos especiales que, por sus características y condiciones de vida, pueden ser considerados como de alto riesgo: adolescentes que están en tratamiento por problemas de drogas, transgresores juveniles, niños en situación de calle e hijos de adictos. Los datos se recabaron empleando un cuestionario diseñado específicamente para el estudio y puesto a prueba previamente en un estudio piloto en el que participaron 500 niños guatemaltecos¹⁴.

¹³ Brito, Axenlto. "El desafío de las drogas" Editorial Sudamericana, Buenos Aires. Pág. 89. (1989).

¹⁴ Estudio realizado por SECCATID, en colaboración con el Ministerio de Educación de Guatemala, con el apoyo de la Sección de Asuntos Narcóticos -NAS- de la Embajada de los Estados Unidos de América

Para completar la información epidemiológica que se tiene en Guatemala, este estudio facilitó la comparación de algunas tendencias de consumo con otros estudios realizados anteriormente (1990-1998) en la población escolar. Adicionalmente, al estudiar la desregulación psicológica, entendida como una condición de los seres humanos regulada por el funcionamiento de la corteza prefrontal que puede afectar la capacidad de controlar emociones, conductas y procesos de pensamiento, se coadyuva con la investigación profunda de esta teoría relativamente nueva en el campo de la ciencia y sin duda, sin precedentes en Guatemala. Los análisis del estudio arrojaron que los inhalantes son la sustancia de mayor consumo en jóvenes de 11 a 20 años (68.7%), le sigue la marihuana (41.14%), luego la cocaína (33.3%), los barbitúricos (20.43 %) y por último el alcohol (19.2%).

TIPOS DE DROGAS

Alucinógenos: son cierto tipo de drogas que causan alteraciones profundas en la percepción de la realidad del usuario. Bajo su influencia, las personas ven imágenes, oyen sonidos y sienten sensaciones muy distintas a las propias de la vigilia. Algunos alucinógenos también producen oscilaciones emocionales rápidas e intensas. Son fármacos que provocan estados alterados de conciencia que afectan a la percepción (alucinación) y varían la noción de la propia identidad. Sus efectos son muy variables, dependiendo tanto de la dosis como de las expectativas del sujeto y el ambiente que le rodea durante la experiencia. Cuando, por una razón u otra, el balance de la experiencia resulta desagradable para el sujeto suele hablarse coloquialmente de "mal viaje"¹⁵.

Los alucinógenos producen sus efectos interrumpiendo la interacción de las neuronas, células nerviosas y el neurotransmisor serotonina. Distribuido por el cerebro y la médula espinal, el sistema de serotonina está involucrado en el

en Guatemala e investigadores de las Universidades de Virginia, en Richmond y de Pittsburgh, en Pittsburgh, (2002).

¹⁵ Luis Otero Aria. **"LAS PLANTAS ALUCINÓGENAS"**. España, Castellano/Tapa Dura. Pág. 74. (1997)

control de los sistemas de conducta, percepción y regulación, incluyendo el estado de ánimo, el hambre, la temperatura corporal, el comportamiento sexual, el control muscular y la percepción sensorial. Algunos alucinógenos antes de llegar al proceso anteriormente descrito pierden un radical en su molécula: tal es el caso de la psilocybina, contenida en los hongos del género psilocybe, que una vez dentro del cuerpo pierde un radical fósforo para de este modo convertirse en psilocina, que al parecer es la sustancia que libera los mecanismos en el sistema nervioso.

El LSD (acrónimo del término alemán para la dietilamida del ácido lisérgico) es la droga que se identifica más comúnmente con el término "alucinógeno" y la más ampliamente usada en este tipo de drogas. Se considera el alucinógeno típico y las características de sus acciones y efectos se aplican a los otros alucinógenos, incluyendo a la mescalina, la psilocibina y la ibogaína, aunque la experiencia con cada alucinógeno varía.

Entre los más utilizados están el LSD, los hongos psilocibios, la mescalina, presente en el peyote y los cactus de la familia Trichocereus, la ayahuasca amazónica y otros más. Existen muchas lagunas en el conocimiento científico de las drogas visionarias debido a las trabas que la legislación impone en casi todos los países a la investigación de este tipo de sustancias, sobre todo cuando en ella interviene el consumo humano.

Alcohol: en química se denomina alcohol a toda sustancia pulverizada, líquido destilado a aquellos hidrocarburos saturados, o alcanos que contienen un grupo hidroxilo $C_5H_{12}OH$, líquido incoloro, de sabor ardiente y olor fuerte agradable. Se obtiene por la separación de productos de fermentación de sustancias.

Anfetaminas: (es un agente adrenérgico sintético) potente estimulante del sistema nervioso central más consumido. Se presenta en comprimidos o cápsulas, y suele ser utilizado en tratamientos para la obesidad como anorexígeno, y en el tratamiento de la disfunción cerebral mínima en los niños. Usado habitualmente produce sensaciones de alerta intensificada, agitación, hiperactividad, locuacidad, incluso alucinaciones e ideas delirantes; terminadas

el efecto emergente la fatiga y la depresión. Fácilmente generan tolerancia y dependencia psico-física. El uso prolongado provoca pérdida del apetito, taquicardia, escalofríos, dilatación pupilar, fotofobia, etc.

Las drogas de diseño son producidas por síntesis química, poseen una estructura química y una acción sobre el sistema nervioso similares a las de las anfetaminas. La más conocida de ellas es el MDMA, popularmente llamada “éxtasis”, y la clasifica como psicodisléptica, es decir que perturba la actividad mental y produce una desviación delirante del juicio que induce a confusión y despersonalización. A nivel físico psicológico produce sudoración, taquicardia, hipertensión y contracción de la mandíbula, hipertermia, ansiedad irritabilidad y dificultad en la concentración, etc. El peligro de las consecuencias adversas aumenta cuando hay persistencia de problemas psíquicos, neurológicos y/o físicos. Los adolescentes conocen por nombre todas las drogas en mención pero no conocen los efectos y las consecuencias de estas¹⁶.

Esteroides anabólicos-androgénicos: son esteroides derivados de la testosterona en los que se trata de disminuir químicamente los efectos androgénicos y virilizantes e incrementar las acciones anabólicas. Aunque algunos avances se han logrado, estas dos acciones fundamentales no han sido separadas completamente, y por eso los andrógenos anabólicos conservan sus efectos virilizantes, más evidentes en la mujer y con el uso prolongado.

Esteroides: son derivados del núcleo del ciclopentanoperhidrofenan -treno que se compone de carbono, hidrógeno, oxígeno y nitrógeno, también de 4 anillos fusionados de carbono que poseen diversos grupos funcionales y tienen partes hidrofílicas e hidrofóbicas. En los mamíferos como el ser humano, cumplen importantes funciones:

- **Reguladora:** algunos regulan los niveles de sal y la secreción de bilis.
- **Estructural:** el colesterol es un esteroide que forma la estructura de las membranas de las células junto con los fosfolípidos. Además, a partir del colesterol se sintetizan los demás esteroides.

¹⁶ resultados de las entrevistas a estudiantes de 1ro, 2do y tercero básico del colegio JUBA “Juan Bautista Alberdi”. Octubre 2009.

- **Hormonal:** las hormonas esteroides son:
 - Corticoides: glucocorticoides y mineralocorticoides. Existen múltiples fármacos con actividad corticoide, como la prednisona.
 - Hormonas sexuales masculinas: son los andrógenos como la testosterona y sus derivados, los anabolizantes androgénicos esteroides; estos últimos llamados simplemente esteroides.
 - Hormonas sexuales femeninas.
 - Vitamina D y sus derivados.

Las hormonas esteroides tienen en común que:

- Se sintetizan a partir del colesterol.
- Son hormonas lipófilas que atraviesan libremente la membrana plasmática, se unen a un receptor citoplasmático, y este complejo receptor-hormona tiene su lugar de acción en el ADN del núcleo celular, activando genes o modulando la transcripción del ADN.

Heroína: es una droga altamente adictiva e ilegal en la mayor parte de los países. Pertenece a la familia de los opiáceos, de la cual es la que presenta más abuso en el consumo y el que tiene un efecto más rápido, y se clasifica, al igual que éstos, entre las sustancias depresoras del sistema nervioso central. La heroína se prepara a partir de la morfina, sustancia que se encuentra naturalmente en los conductos lactíferos de la cápsula de la *Papaver somniferum* o adormidera, desde donde se extrae mediante cortes superficiales por los que supura látex (opio).

Cocaína: se extrae de la planta de la coca (quechua: kuka), una especie de singular importancia cuyas plantas son cultivadas en América del Sur (Colombia, Perú, Bolivia, norte de Argentina), así como en la isla de Java y en la India. Sus hojas se mastican como estimulante para resistir diferentes inclemencias, tales como el apunamiento o soroche, también llamado mal de las alturas. Dichas hojas poseen 14 alcaloides naturales dentro de los cuales cabe distinguir la lobulina, es un cardiotónico que regula la carencia de oxígeno en el ambiente, mejorando la circulación sanguínea y, como se indicó antes, evitando así el mal de las alturas. Sin embargo, el alcaloide más conocido es la cocaína, el cual, consumido a través de masticar la coca, tiene

propiedades anestésicas y analgésicas. Como estimulante funciona mediante la modulación de la dopamina, un neurotransmisor que se encuentra en ciertas zonas y neuronas del cerebro. Ha sido llamada la droga de los años ochenta y noventa por su gran popularidad y uso durante esas décadas. Sin embargo, la cocaína no es una droga nueva. En realidad, existe desde hace más de 100 años, mientras que las hojas de la coca se han usado durante miles de años y no como un potente estimulante recreativo, sino como hierba medicinal y para la elaboración de infusiones.

A mediados del siglo XIX, se extrajo por primera vez la cocaína pura de la hoja de la planta *Erythroxylon*, que crece principalmente en Perú y Bolivia. A principios del siglo XX, la cocaína se convirtió en el ingrediente principal en la mayoría de los tónicos y elixires que se crearon para tratar numerosas enfermedades, incluyendo el Vin Mariani. Su status ilegal impide su uso en humanos bajo cualquier circunstancia, aunque tenga usos médicos y en otros países como Reino Unido se use por ejemplo como anestesia local en ciertos tipos de cirugías de los ojos, oídos y garganta.

Su efecto estimulante es muy inferior en potencia y duración al de la anfetamina. Básicamente hay dos formas químicas de la cocaína: las sales y los cristales de cocaína (como base libre). El clorhidrato, la forma más común del polvo de cocaína, se disuelve en agua, y cuando se abusa, puede ser usada en forma intravenosa (en la vena) o intranasal (por la nariz). La base libre se refiere a un compuesto que no ha sido neutralizado por ácido para producir la sal correspondiente. Esta forma de la cocaína se puede fumar, ya que no se descompone como sí lo hace el clorhidrato.

La cocaína usualmente se vende en la calle ilegalmente en forma de un polvo blanco, fino y cristalino. Los traficantes generalmente la mezclan con otras sustancias, tales como maicena, talco o azúcar; o con ciertas drogas como la procaína (un anestésico local de estructura química parecida), o con otros estimulantes, como las anfetaminas (por ejemplo, metanfetamina). También se vende en una forma llamada "crack", roca, y bazuco (en Colombia y el Caribe), o "Paco" en Argentina, en forma de piedrecitas blancas o amarillas procesada con amoníaco o bicarbonato de sodio, que generalmente se fuma en pipa de vidrio, en papel de aluminio o en pipas artesanales conocidas en la

jerga (en España) del adicto como "pipote". Esa forma es muy popular en las clases media y baja y causa más adicción que la forma cristalina.

Esta droga se conoce vulgarmente como: coca, cataforesis, perico, aguacate, manteca, pasta, merca, camerusa, pala, pichi, papa, papuza, merluza, sniff, sniper, tecla, gambas blancas, farlopa, farla, yeyo. Además de otras muchas denominaciones dependiendo de la zona.

Crack: es un derivado del clorhidrato de cocaína y su efecto es estimulante. Los efectos son inmediatos y consisten en una elevación de la autoestima y la confianza en uno mismo, acompañado de una gran locuacidad, excitación (pudiendo llegarse a una irritabilidad extrema). El efecto dura relativamente poco tiempo (unos 30-60 minutos) y, en cuanto empieza a declinar, el sujeto experimenta ansiedad por recibir otra dosis. A largo plazo, su uso descontrolado produce adicción, desórdenes mentales e incluso, la muerte, bien sea por efectos fisiológicos directos, o bien por inducción al suicidio o por haber provocado algún accidente.

El crack es un alcaloide de la cocaína que se extrae de una sal en polvo mezclándola con bicarbonato sódico y secándola en pequeñas piedras. Este difiere de otras formas de cocaína por ser fácilmente vaporizable y cuando se inhala sus efectos son muy rápidos. Se necesitan una gran variedad de químicos para su producción como según la forma en que se requiera su extracción o se puede usar esta lista como a escala para llegar su forma más pura y refinada.

Efectos físicos del consumo de marihuana

El humo de las hojas secas de esta droga reduce el número de las pequeñas ramificaciones en los pulmones responsables del transporte de oxígeno a la sangre y evacuación de sustancias nocivas, concluyen que por esto los fumadores de marihuana suelen poseer más flema, tos y suelen experimentar la sensación de que se les cierra el pecho.

El estudio descubrió, que fumar marihuana contiene más sustancias tóxicas que fumar tabaco. Determinó que fumar marihuana contiene veinte veces más de amoníaco y cinco veces más de ácido cianhídrico y óxidos de

nitrógeno que fumar tabaco. El incremento de la probabilidad de presentar cáncer pulmonar con un cigarrillo de cannabis es semejante al que se observa en los fumadores de veinte cigarrillos comunes por día. Así, una menor cantidad de cigarrillos de marihuana induce los mismos cambios histológicos en el epitelio de la tráquea y de los bronquios que un número mucho más alto de cigarrillos comunes. De hecho, se ha observado que fumar dos cigarrillos de cannabis por día se acompaña de las mismas modificaciones citomorfológicas en el esputo que el consumo de aproximadamente treinta cigarrillos comunes diarios. Además de las características propias del cannabis, el patrón de inhalación de estos cigarrillos contribuiría en la diferencia en el riesgo de cáncer¹⁷.

De los efectos secundarios, es el incremento del apetito momentos después de ser dosificado, incluyendo una necesidad de azúcares y alimentos dulces. Este efecto es aprovechado, por ejemplo, en los pacientes tratados con quimioterapia, a los que les retira los vómitos y devuelve el apetito.

Uno de los efectos más conocidos es el incremento de la sensibilidad de las papilas gustativas por lo cual muchos alimentos (y más los que contienen azúcares) suelen parecer más dulces de lo que realmente son. El aumento en los sentidos no solamente es en el gusto sino que se ven afectados el tacto, en donde parece que todo el tejido tegumentario posee sensibilidad, los sonidos se escuchan más claramente y hasta se identifican algunos que antes parecían apagados. Esto no es más que la simple alteración del funcionamiento normal de las neuronas, que si bien no es de gran peligro, cualquier abuso o uso prolongado puede traer consecuencias no deseadas. (Tellechea. L.)

La marihuana o el hachís (principalmente este último, más aún si es de calidad mediocre) puede producir efectos no deseados en el consumidor que pueden hacerlo sentir emocionalmente mal. Los factores que conllevan a que esto ocurra dependen de la estabilidad emocional del mismo y de las cantidades y calidades de las sustancias que consuma, así como del tiempo que se tarde en hacerlo.

¹⁷ **Minuchin, S. Rosman, B. Baker, L.:** "Psychosomatic Families" Cambridge, Massachusetts. Harvard University Press. Pág. 45. (1978).

Otro efecto secundario conocido es una ligera pérdida de la memoria a corto plazo. La memoria en sí no se ve afectada, horas o días después se recuerda todo lo olvidado bajo los efectos del Cánnabis. Si se usa en combinación con bebidas alcohólicas puede producir náuseas. El consumo prolongado e intenso, según algunos estudios, provoca una pérdida en la capacidad de aprendizaje, memorización y en la capacidad de fijar la atención.

Los efectos a largo plazo de la marihuana requieren más estudios, pero algunos afirman que cuando se fuma en la forma de resina (hachís) mezclada con tabaco, el alto contenido de alquitrán de éste puede incrementar el riesgo de cáncer de pulmón. Se afirma que el riesgo de cáncer pulmonar de la marihuana resulta mayor que el producido por el tabaco, a causa de la mayor retención del humo con componentes carcinógenos; por supuesto, dicho riesgo de cáncer pulmonar sería solo si se fumase en las mismas cantidades en que un fumador fuma tabaco, extremo éste difícilmente alcanzable.

Efectos fisiológicos:

Tras el consumo de drogas pueden darse diversas reacciones orgánicas, las más frecuentes son las siguientes:

- Aumento del apetito
- Sequedad de la boca
- Ojos brillantes y enrojecidos
- Taquicardia
- Sudoración
- Somnolencia
- Descoordinación de movimientos.

Dependencia física:

La dependencia física es el estado de adaptación fisiológica de un organismo que requiere la presencia de una droga para continuar su funcionamiento normal, y que se manifiesta por la aparición de intenso malestar físico si se suspende su administración (síndrome de supresión o de abstinencia). Esta dependencia es causada predominantemente por los depresores del Sistema Nervioso Central (SCN).

La dependencia psicológica es la necesidad emocional y compulsiva de un individuo por consumir una droga para sentirse bien, aunque fisiológicamente no le sea necesaria. Este tipo de dependencia es causada en forma predominantemente por los estimulantes del S.N.C. y los antidepresivos.

Está comprobado científicamente que las adicciones provocan trastornos físicos y del comportamiento, pues si bien durante mucho tiempo ha causado desconcierto el hecho de que algunos individuos se intoxiquen de manera voluntaria y aparentemente irresponsables, en la actualidad es de suma importancia reconocer a los fenómenos adictivos como trastornos que requieren atención profesional especializada y con un enfoque distinto a otros padecimientos, ya que el adicto presenta características peculiares que lo hacen diferente a otros enfermos.

Efectos físicos, psicológicos y sociales:

Como ya se expuso anteriormente, en las adicciones presentan efectos psíquicos y físicos, lo que implica dos tipos de dependencia. La mayoría de las drogas pueden generar una de las dos clases de dependencia, aunque en algunos casos se producen ambas.

LA FAMILIA DEL ADICTO

Pensada como una unidad, la familia puede ser considerada un sistema en equilibrio dinámico. Por su parte, este equilibrio u homeostasis resulta del interjuego entre los roles que desempeñan cada uno de sus miembros. Tal enfoque concibe a la familia como un todo y a cada uno de sus miembros como

elementos constituyentes funcionales o disfuncionales, en la medida en que puedan seguir desarrollando su vida de forma creativa o repetitiva.

En algunos casos, cuando la homeostasis familiar (la ausencia de crisis del sistema en sí) se logra a costa de un "chivo emisario", el paciente identificado emerge del proceso. A pesar de que todos los miembros participan en este fenómeno sólo uno de ellos lleva sobre sí los signos disfuncionales de la familia, convirtiéndose en el individuo - problema. Por ello, comprender la naturaleza del síntoma y su función dentro del sistema familiar es de capital importancia para formular estrategias de intervención en familias sintomáticas.

Los padres de los adictos.

Si bien cada paciente y su familia constituyen un universo con historia y posibilidades diferentes, existe una amplia variedad de aspectos que asemejan a los padres y las madres de los adictos. Estas similitudes no son privativas de los trastornos adictivos en sí mismos. Muchas de ellas han sido descritas como características de padres con hijos que padecen trastornos de la alimentación y de conducta antisocial, promiscuidad sexual, etc. Para el caso de los adictos varones se ha señalado reiteradas veces que sus madres suelen ser indulgentes, apegadas, sobreprotectoras, ambivalentes y permisivas. Con frecuencia refieren que, cuando niño, el paciente era su hijo favorito, el más bueno, el más dócil, el más fácil de criar, en quien tenían depositadas muchas esperanzas. Por su parte, los padres suelen ser más distantes, desapegados. Muchas veces son descritos por sus esposas como débiles frente al hijo o ausentes de sus roles. La relación con el hijo suele ser negativa, sobre todo al tratar de imponerles disciplinas por medios muy rudos e incoherentes.

A menudo, es posible comprobar que existen otros hermanos, por lo general también varones, que parecen mejor adaptados a las expectativas del padre, e incluso trabajan o desarrollan tareas afines a las de él. El padre suele tener mejor relación con ellos, a quienes de una manera directa o indirecta ponen como modelo de lo que podría esperarse del hijo adicto. El paciente sintomático vive comparándose y devaluándose permanentemente en relación con su hermano. Al contrario de lo que cabría esperar, en lo superficial el adicto no tiene una relación mala con este hermano, sino que muchas veces se

apoya en él para conseguir cosas de sus padres, para que lo perdonen por algo que ha hecho o para que le den otra oportunidad. Dichos hermanos suelen funcionar como padres intermediarios.

En el caso de las adolescentes adictas, se observa una actitud de abierta competencia con la madre, a quien desvalorizan por todos los medios posibles. A pesar de ello, recurren invariablemente a ella para recabar su opinión respecto de tal muchacho o de tal prenda, al solo efecto de terminar criticando su punto de vista como absurdo, pasado de moda, castrador y poder hacer todo lo contrario. Las madres se desesperan, no saben qué hacer, y muchas veces intentan soluciones radicales por medio de prohibiciones diversas que son casi imposibles de cumplir o llevar a la práctica. Los padres de las jóvenes adictas suelen ser indulgentes con ellas. Por lo común sus intervenciones en las permanentes e interminables disputas madre - hija resultan poco efectivas.

Algunos rasgos específicos de las adicciones:

En las familias de adictos se advierte una mayor frecuencia de antecedentes familiares relacionados con adicciones. La más común de ellas es el alcoholismo, a la que le siguen en orden de importancia el tabaco y los psicofármacos. Estas conductas de los padres pueden llegar a constituirse en un modelo o patrón para resolver problemas, que el hijo adoptará como si se tratara de una tradición familiar.

Otra característica esencial de los adictos es que los conflictos familiares no los llevan a encerrarse dentro de la casa, sino que los mueven a refugiarse en fuertes relaciones extrafamiliares en continuo reciclaje. Esto se relaciona con la segunda crisis de separación individual que se produce en la adolescencia.

Los adictos, cuando tienen que enfrentar una crisis familiar, se van. Necesitan imperiosamente hacer algo. De ahí, la preponderancia fenomenológica de los trastornos de conducta sobre los síntomas psíquicos. La actuación sobre la angustia. Esta última surge en forma descontrolada cuando se restringe ostensiblemente el margen de operatividad.

En las familias de adictos, la expresión de los afectos y las relaciones entre los miembros, son generalmente muy explosivas y tormentosas. Lo que hay que decir se dice cuando llega el momento y sin que importen las consecuencias. Esta expresión directa, primitiva y cara a cara es característica de las interacciones que tienen lugar durante las sesiones de terapia familiar. Parecieran ser una suerte de incontinencia afectiva. "Yo sé que tal vez hago mal en decir esto aquí y delante de él, pero no puedo detenerme doctor, si no lo digo exploto o reviento", son expresiones bastante frecuentes durante las etapas iniciales del tratamiento. Por ejemplo, las necesidades simbióticas de una madre, el rechazo y la incompreensión o el desinterés del padre se expresan sin tapujos¹⁸.

La incapacidad de establecer vínculos extrafamiliares profundos y estables se relaciona en forma directa con el grado de apegamiento entre los padres y el adicto. No se debe olvidar que las partes de la simbiosis se necesitan todas entre sí. Son interdependientes y, en algunos casos, intradependientes. Del mismo modo que la independencia del niño representa un golpe contra algunas necesidades narcisistas de la madre, la individualización del adolescente encesta un duro golpe a los ideales narcisistas de los padres que rondan o pasan los cuarenta. Por algún motivo ellos necesitan seguir siendo los padres que imaginaron debían ser, y sus hijos deben adaptarse al modelo o marginarse.

Eduardo Kalina sostiene que el adicto proviene de dos tipos de familias: la cismática y la simbiótica. La familia cismática se caracteriza por la dificultad de establecer relaciones con más de uno de sus miembros por vez. La consigna parece ser: "Dispersos sobrevivimos, juntos nos aniquilamos"¹⁹.

En la familia simbiótica, esta distancia queda abolida y la dependencia recíproca alcanza aquí rasgos patológicos. Los miembros no pueden actuar en forma autónoma, todos están metidos en la vida de todos, no rige la regla de

¹⁸ **Stanton, M. D.; Todd, T. y cols:** "Terapia Familiar del Abuso y Adicción a las drogas". Buenos Aires. Gedisa. Pág. 76. (1988)

¹⁹ **Kalina, Eduardo y otros:** "La droga, máscara del miedo." Editorial Monte Avila. Paraguay (1976).

asimetría natural entre padres e hijos. En este contexto se pierde la posibilidad de intercambiar mensajes y la oportunidad de confiar en alguien. No se cumple la regla de sincronía comunicacional, ya que la madre es incapaz de captar la demanda infantil y otorgarle significado y satisfacerlo adecuadamente; esta incompetencia acarrea la producción en el niño, de defensas patológicas y de fallas en el proceso de significación.

Otros aspectos característicos de las adicciones:

- **Antecedentes de muertes prematuras o inesperadas de familiares** que desempeñaron un papel importante en la vida de alguno de los padres o de ellos mismos (un abuelo, un tío, una criada) separaciones, migraciones, pérdidas, cambios radicales, etc.
- **Dificultad para poner límites** sobre todo al hijo sintomático. Esto ocurre por medio de la descalificación del padre, concesiones especiales y secretos entre madre e hijo, en los que a menudo intervienen los abuelos.
- **La destrucción sistemática de cualquier norma** que pueda internalizar el adolescente y la predilección por los mecanismos de negación.
- **Las fallas en la regulación de la expresión de los afectos**, principalmente la rabia, la ira o la depresión.
- **El control farmacológico de estos sentimientos** por medio de tranquilizantes o del alcohol, en los padres, lleva a los hijos a formar, sin darse cuenta, un patrón de automedicación por sus propios desequilibrios afectivos.
- **El desempleo** es una de las causas principales de la presencia de conflictos en el hogar. Cuando el ingreso familiar no satisface las necesidades básicas de sus integrantes, se produce tensiones y un profundo malestar, lo cual puede desembocar en dos situaciones:
 - a. “Una movilización de recursos -psicológicos y sociales que disminuye el estrés familiar (reducción de gastos, búsqueda de trabajo eventuales, dar prioridad a ciertas necesidades, cooperación laboral o vecinal, etc.). Todo ello permite consolidar los lazos familiares y superar la crisis”.

- b. “Una acumulación de tensiones -psicológicas y biológicas- que aumentan el estrés familiar (culpar a los otros por la situación, reclamar en lugar de apoyar, no cooperar en la reducción de gastos, etc.). Al final, los miembros de la familia cometen actos violentos de todo tipo.

CAPÍTULO II

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Para la presente investigación se entrevistó de forma colectiva a los treinta estudiantes, de 1ro, 2do y 3ro año básico, diez de cada grado y quince padres de familia de los mismos estudiantes, del colegio JUBA “Juan Bautista Alberdi” 8^a. Avenida 9-77 zona 17 Residenciales Vistal-sur. Guatemala-Ciudad. Y cinco profesionales expertos en adicciones, para recolectar datos sobre el tema.

Se entrevistó a los estudiantes sobre los conocimientos que se tienen de las drogas, tipos que existen, sus consecuencias y las fortalezas que tienen para afrontar situaciones difíciles de la presión de grupo, y a los padres de familia si abordan estos temas en casa, si orientan a sus hijos sobre las drogas se les solicitó recomendaciones para la prevención del uso de drogas en adolescentes según la perspectiva de los padres. A los profesionales expertos en adicciones donde se les solicita su experiencia sobre el tema de las drogas.

En la presente investigación se utilizó como base la investigación de Diseño en la cual se tratará de sintetizar la experiencia empírica y la teoría respecto a la organización de un modelo para nuestro manual el cual constará de temas como: ¿cubres las necesidades psicológicas de tus hijos?, informa a tus hijos sobre que son las drogas y sus consecuencias, factores protectores que los padres deben practicar, los hijos deben aprender a decidir, familia funcional y armoniosa, actividades familiares que son factores de protección y prevención del uso de drogas, enséñale a tu hijo a fortalecer su carácter, guía a

tu hijo en el proyecto de vida y actividades familiares de recreación que fomentan la confianza y seguridad en tu hijo.

A nivel general, las fases en las que se llevó a cabo la presente investigación son cinco; la primera fase consistió en la investigación documental, durante esta fase se recopiló información en diversas fuentes para especificar el tema del cual se abordaría la investigación y se inició la recopilación de información teórica.

La segunda fase consistió en la selección de población que participó en la investigación, siendo treinta estudiantes de 1ro, 2do y tercer año básico y quince padres de familia de los estudiantes del colegio JUBA "Juan Bautista Alberdi" 8ª. Avenida 9-77 zona 17 Residenciales Vistal Sur. Guatemala-Ciudad. Y ha cinco profesionales expertos en adicciones de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

La tercera fase consistió en la elaboración y aplicación de la entrevista conteniendo diez preguntas semi abierta (*ver anexos*) a dicha población para conocer la necesidad de la creación de un manual de prevención del uso de drogas para padres de adolescentes de 12 a 17 años.

La cuarta fase fue el análisis de la información obtenida en las entrevistas y la elaboración del manual de prevención del uso de drogas para padres de adolescentes de 12 a 17 años tomando en cuenta los datos recabados.

La quinta fase es la presentación del informe final para su aprobación.

CAPÍTULO III

PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En la presente investigación no se planteó hipótesis estadística que comprobar, tomando en cuenta que es una investigación de diseño en la cual se tratará de sintetizar la experiencia empírica y la teoría respecto a la organización de un modelo para nuestro manual; por tanto se presenta a continuación un análisis cualitativo, de la información obtenida, dicho análisis se elaboró basándose en las entrevistas aplicadas a la población de estudiantes, padres de familia y profesionales.

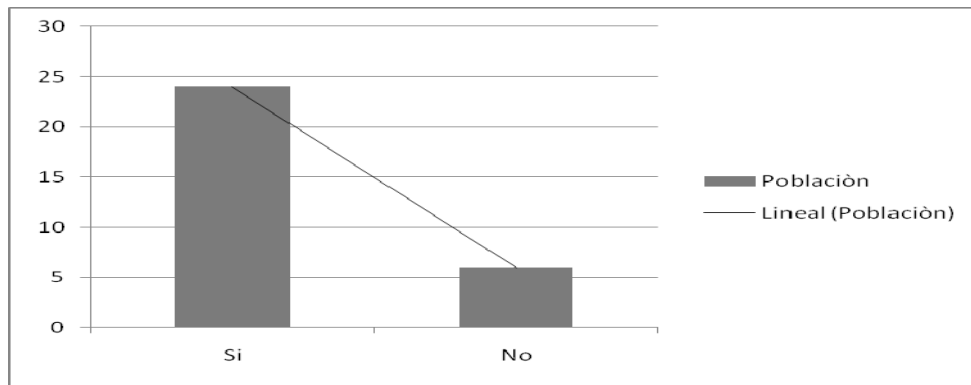
En esta sección se presentan los cuestionamientos que fueron dirigidos específicamente a los treinta estudiantes de primero, segundo y tercer grado básico del colegio JUBA “Juan Bautista Alberdi” 8ª. Avenida 9-77 zona 17 Residenciales Vistal-sur. Guatemala-Ciudad.

Los estudiantes fueron cuestionados al respecto de que información poseen ellos acerca del conocimiento que tienen sobre las drogas, tipos que existen, sus consecuencias y sus fortalezas para enfrentar situaciones difíciles de la presión de grupo social, si saben decir “no” ante el ofrecimiento del uso de drogas y si sus padres abordan el tema en casa.

En la siguiente presentación se observa los resultados de las entrevistas a estudiantes de 1ro, 2do y tercero básico del colegio JUBA “Juan Bautista Alberdi”.

1. ¿Sabes qué son las drogas?

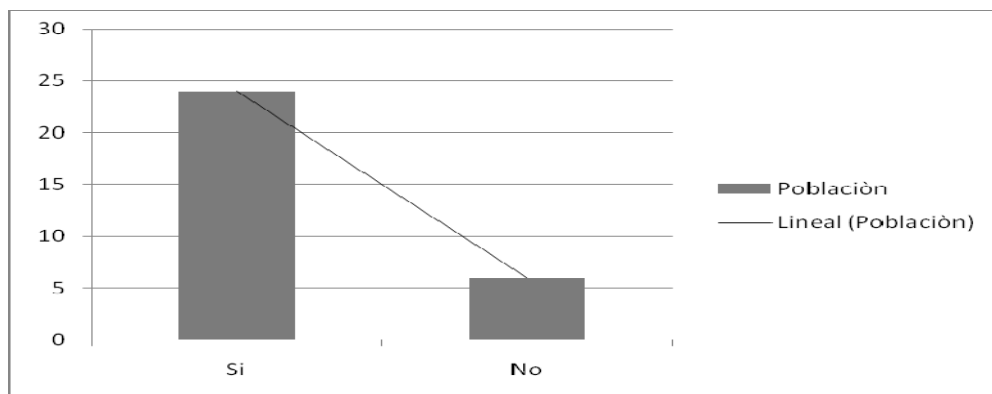
RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que todos los estudiantes encuestados identifican un concepto de lo que son las drogas y están de acuerdo que las drogas son sustancias que afectan a nuestro cuerpo y cambia el estado de ánimo de las personas que los consumen. Un grupo pequeño no tiene conocimiento de un concepto de drogas.

2. ¿Sabes qué tipos de drogas existen?

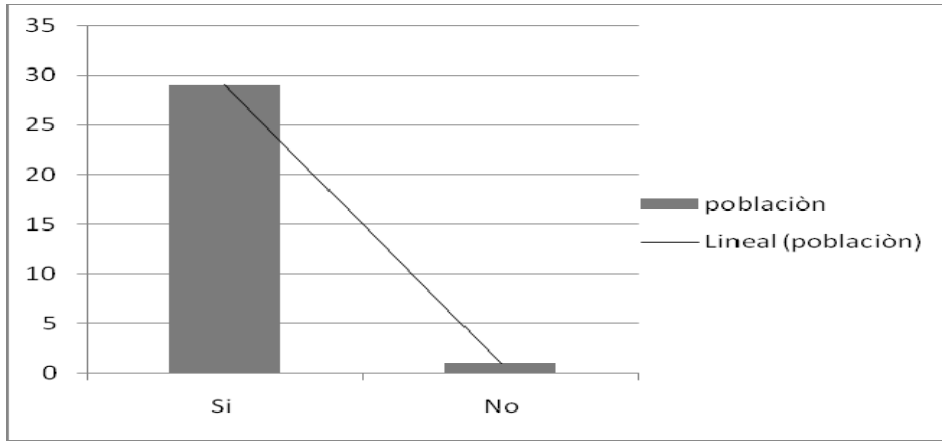
RESULTADOS



Interpretación: en la presente gráfica la mayoría de estudiantes entrevistados posee conocimiento de los diferentes tipos de drogas que existen. Una minoría indica no identificar cuales son los tipos de drogas.

3. ¿Conoces las consecuencias del uso de drogas en adolescentes?

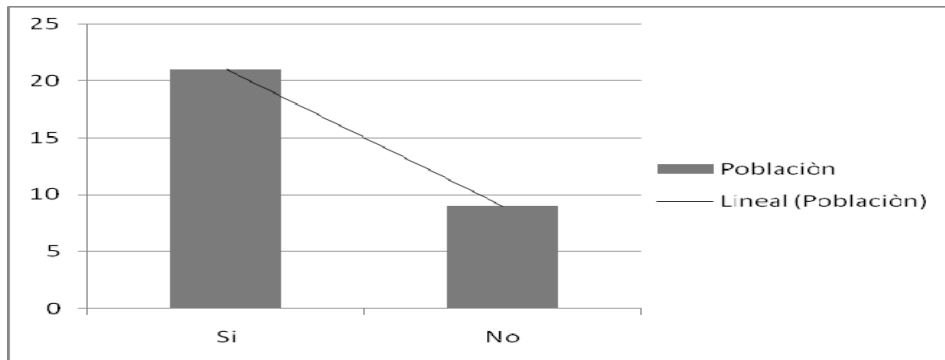
RESULTADOS



Interpretación: en este cuestionamiento todos los entrevistados coinciden que el rechazo social es una de las primeras consecuencias del uso de drogas seguido del daño al sistema nervioso y problemas familiares. Una minoría indico no conocer las consecuencias del uso de drogas.

4. ¿Conoces el deterioro que causan las drogas en la personalidad en los adolescentes?

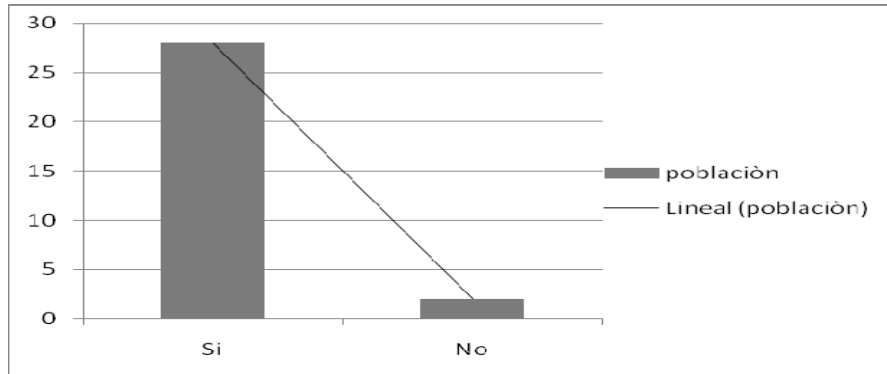
RESULTADOS



Interpretación: la mayoría de los entrevistados consideran que la agresividad, daños físicos y cambios emocionales son algunos deterioros principales del consumo de drogas en adolescentes. Por el contrario otro grupo de estudiantes ignoran el deterioro que causa las drogas.

5. ¿Consideras que el futuro de los adolescentes se verá truncado por el uso de drogas?

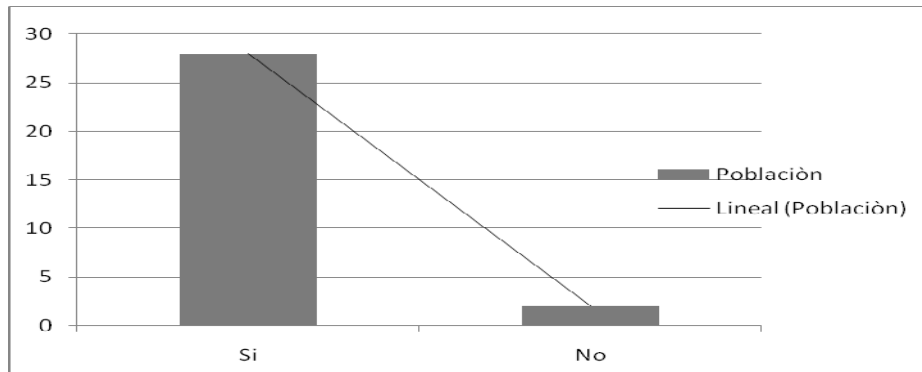
RESULTADOS



Interpretación: la mayor parte de los estudiantes entrevistados están de acuerdo que si se trunca el futuro de cualquier adolescente que use drogas. Indican que se pierden los valores y se convierten en adictos y terminan en mal. Una minoría indico no se afecta el futuro al consumir drogas.

6. ¿Tus padres te han hablado de drogas en casa?

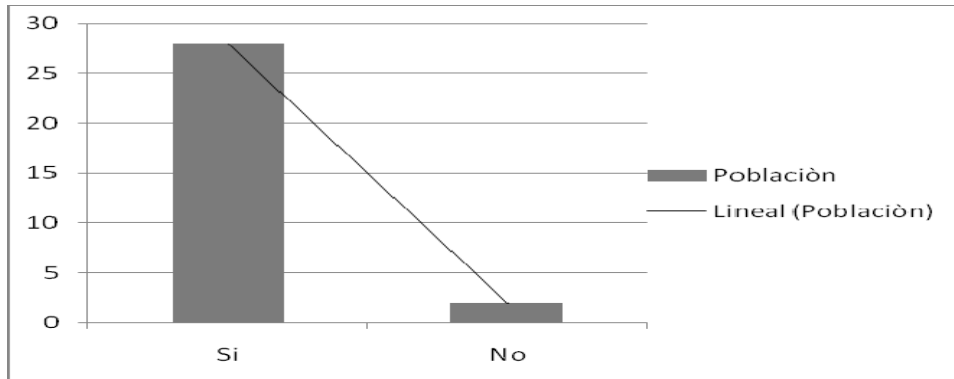
RESULTADOS



Interpretación: en esta representación gráfica se puede observar que los estudiantes entrevistados si han tendido información en casa sobre drogas. La minoría de estudiantes indican que sus padres no hablan con ellos de esta problemática.

7. ¿Tienes fortalezas que te ayuden a enfrentar situaciones difíciles?

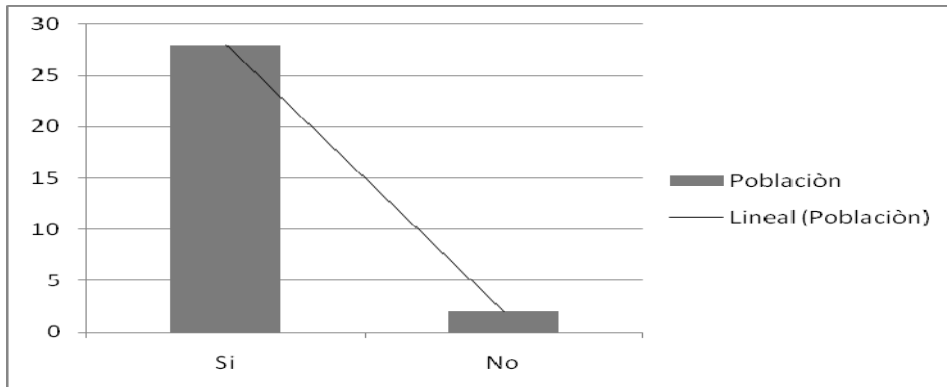
RESULTADOS



Interpretación: con respecto a la pregunta la mayoría de los estudiantes entrevistados consideran tener fortalezas que los ayudan a enfrentar diferentes situaciones difíciles. Una minoría indica que no posee fortaleza para enfrentar situaciones difíciles.

8. ¿Crees qué es necesario que tus padres te informen acerca de las drogas y sus consecuencias?

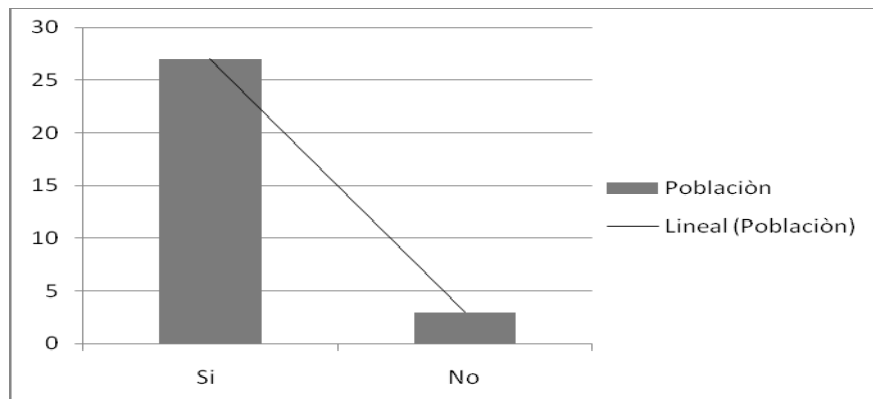
RESULTADOS



Interpretación: en esta gráfica podemos observar que la mayoría de entrevistados consideran necesario que sus padres les informen acerca de la drogas. Una minoría indica que sus padres no informan acerca de las drogas y sus consecuencias.

9. ¿Tienes herramientas para decir “NO” ante el ofrecimiento de drogas?

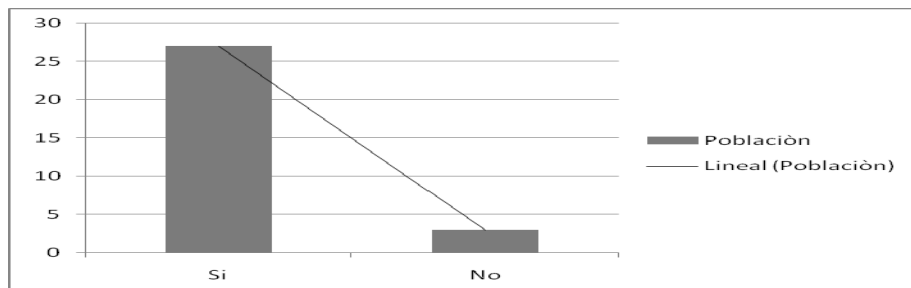
RESULTADOS



Interpretación: aquí se observa que la mayoría de estudiantes si tienen herramientas como son los valores y principios para el ofrecimiento de drogas. La minoría identifica no tener herramientas ante el ofrecimiento de drogas.

10. ¿Crees que los adolescentes necesitan fortalecer su carácter y no utilizar drogas?

RESULTADOS

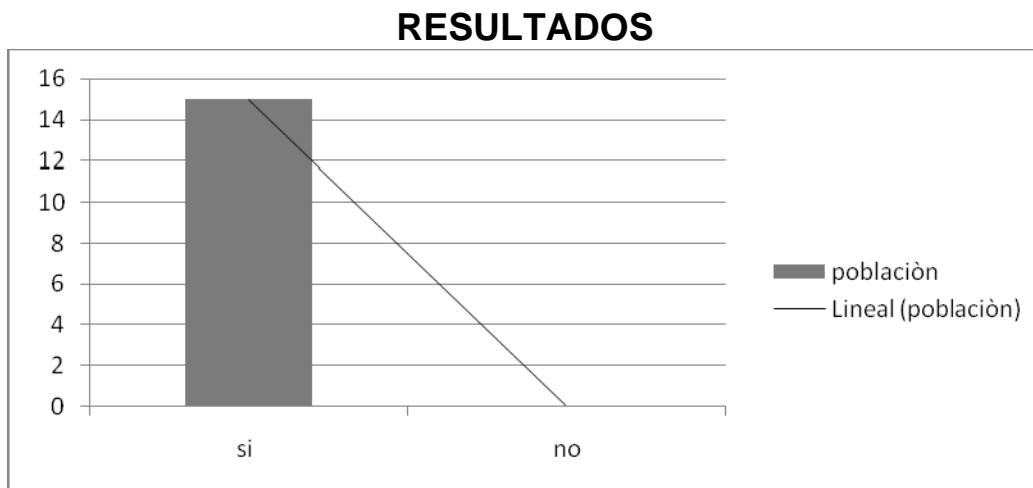


Interpretación: todos los entrevistados están de acuerdo que si hay que fortalecer el carácter para consumir drogas y que necesitan principalmente del apoyo de sus padres. Una minoría indica no tener conocimiento de las fortalezas de las drogas.

En esta sección se presentan los cuestionamientos que fueron dirigidos específicamente a los quince padres de familia de estudiantes de primero, segundo y tercer grado básico del colegio JUBA “Juan Bautista Alberdi” 8ª. Avenida 9-77 zona 17 Residenciales Vistal-sur. Guatemala-Ciudad.

Los padres fueron cuestionados al respecto de que información poseen ellos acerca de el conocimiento que tienen sobre las drogas, tipos que existen, sus consecuencias y las fortalezas que poseen sus hijos para enfrentar situaciones difíciles de la presión de grupo social, y si abordan el tema en casa, además se solicitó recomendaciones para la prevención del uso de drogas en adolescentes.

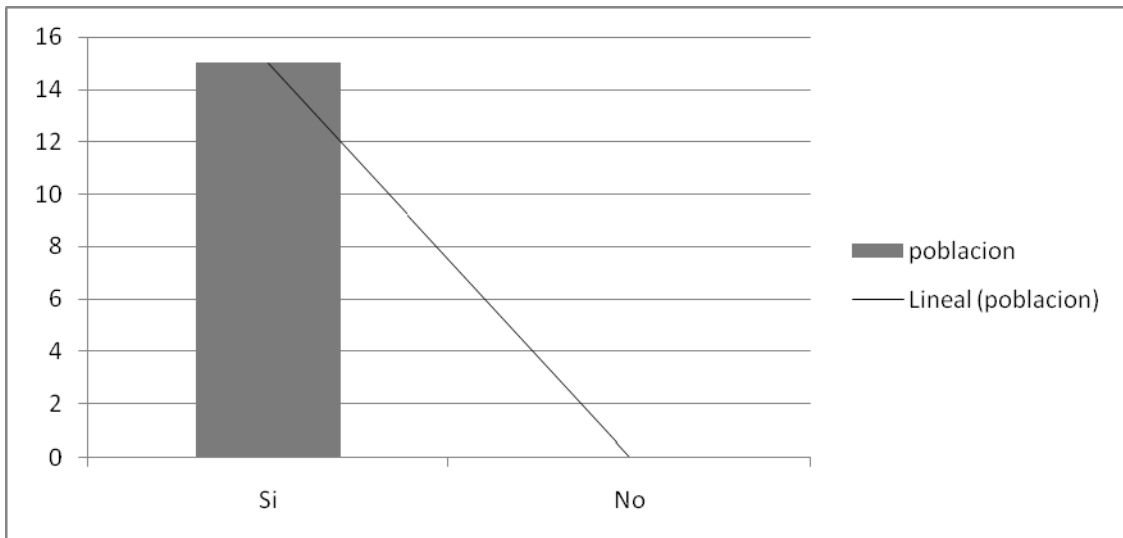
1. ¿Sabe qué son las drogas?



Interpretación: esta gráfica indica que todos los padres encuestados indican que las drogas son sustancias químicas que afectan y alteran el funcionamiento mental y físico de los individuos.

2. ¿Sabe qué tipo de drogas existen?

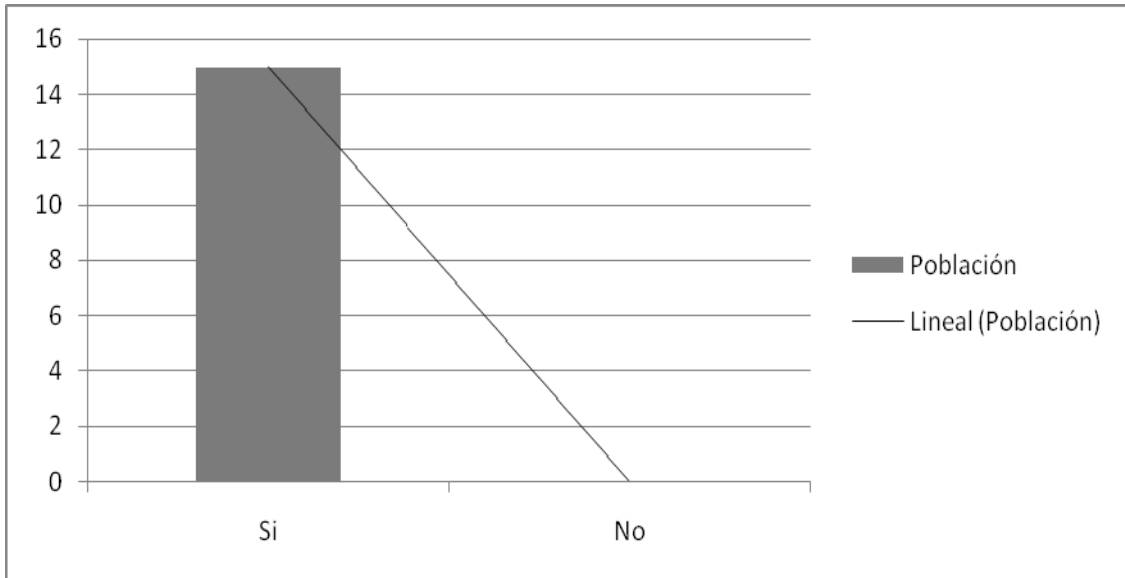
RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que todos los padres encuestados identifican que las drogas más conocidas son, cocaína, crack, éxtasis y heroína, no obstante también son tomadas en cuenta los tranquilizantes.

3. ¿Conoce las consecuencias del uso de drogas en adolescentes?

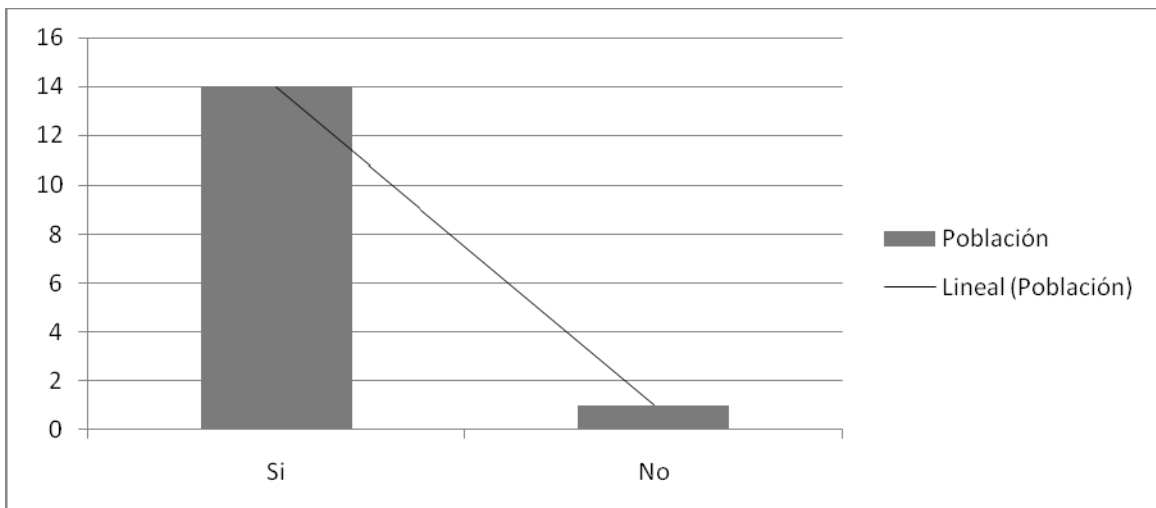
RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que todos los padres encuestados identifican que las consecuencias del uso de drogas son trastornos mentales, físicos y sobre todo un cambio de carácter en el individuo.

4. ¿Conoce el deterioro que causan las drogas en la personalidad de los adolescentes?

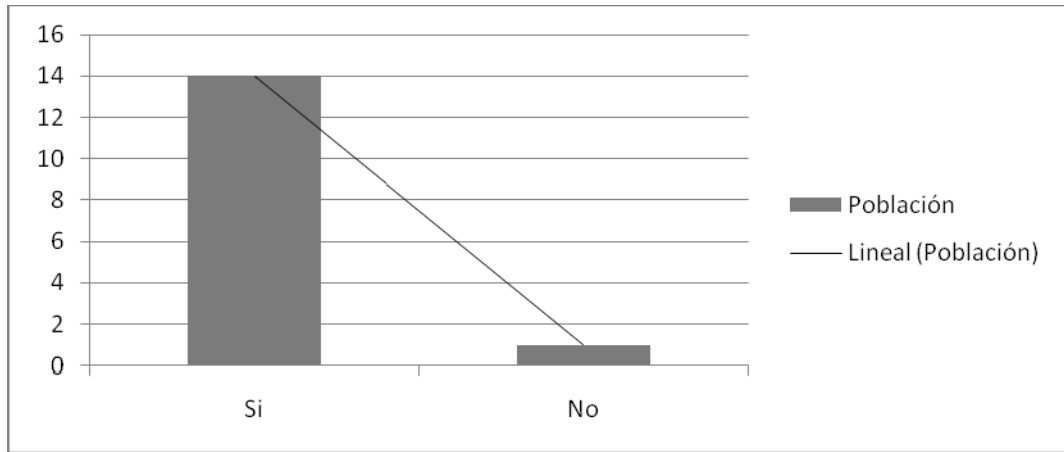
RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que la mayoría de los padres encuestados identifican que el deterioro que causan las drogas en la personalidad de los adolescentes es la depresión y esto los lleva a mal formar aspectos físicos y psicológicos importantes, es también mencionada la pérdida del apetito y una minoría indica no identificar el deterioro que causan las drogas en la personalidad de los adolescentes.

5. ¿Considera qué el futuro de los adolescentes se vera truncado por el uso de drogas?

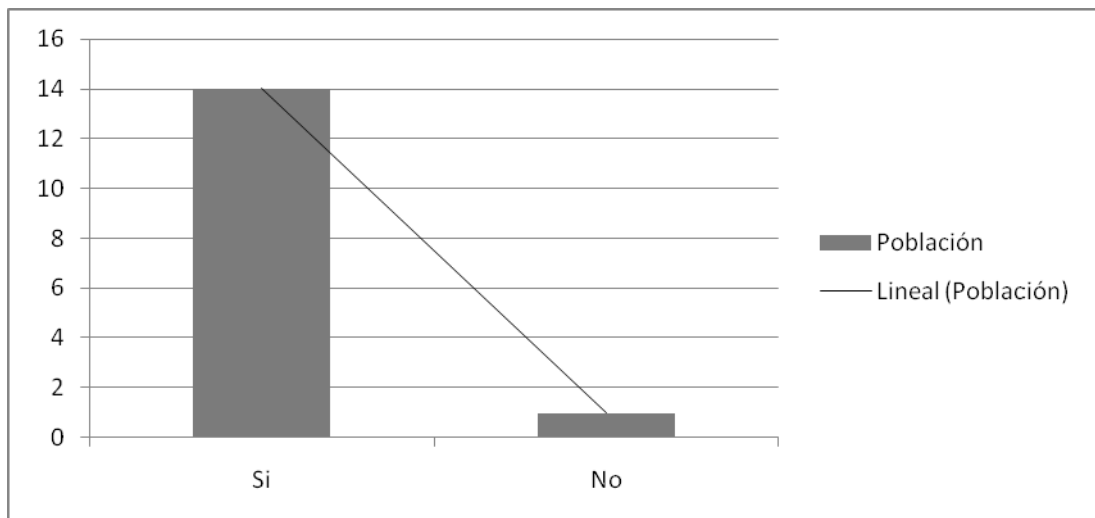
RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que la mayoría de los padres encuestados identifican que no puede existir una esperanza en tener un futuro prometedor teniendo aspectos negativos en el comportamiento y máximo con problemas de salud que se manifiestan por el uso de las drogas. Una minoría indica que no identifica si el futuro de los adolescentes se vera truncado por el uso de drogas.

6. ¿Usted como padre de familia ha hablado de las drogas con sus hijos en casa?

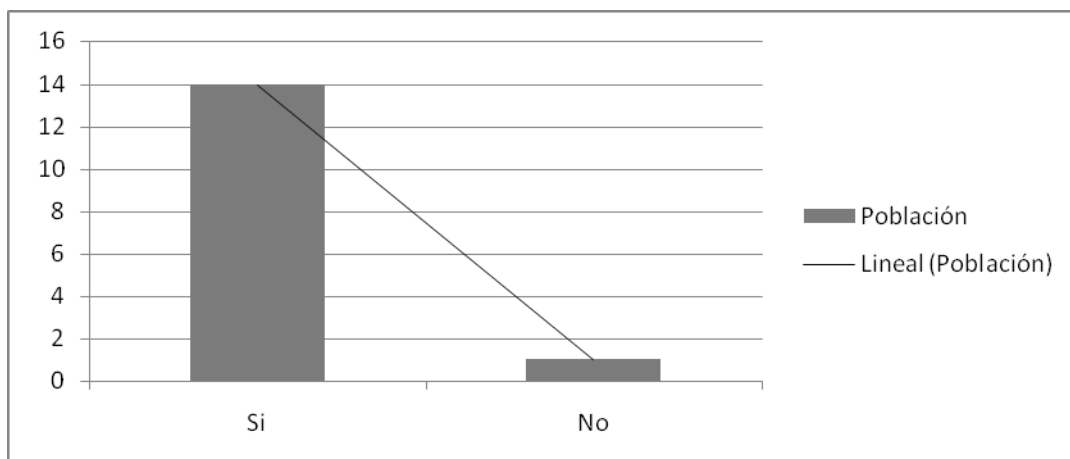
RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que la mayoría de los padres encuestados han hablado de las drogas con sus hijos de manera general sin profundizar en el tema ya que es tomado como tabú para muchas familias. Una minoría indica no haber hablado con sus hijos sobre las drogas.

7. ¿Considera usted que sus hijos tienen fortalezas que lo ayudan a enfrentar situaciones difíciles?

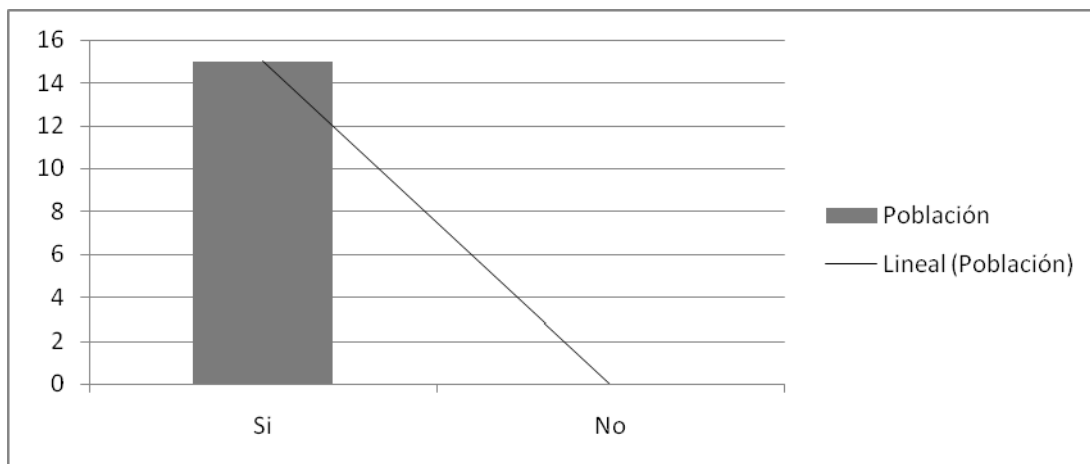
RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que la mayoría de los padres encuestados identifica en que los valores que son inculcados en casa tanto moral como religiosa son los que pueden garantizar la fortaleza de sus hijos en situaciones adversas. Una minoría indica no identificar si sus hijos poseen fortalezas que los ayudan a enfrentar situaciones difíciles.

8. ¿Cree usted qué es necesario informarse acerca del tema de las drogas, sus consecuencias y como prevenir su uso?

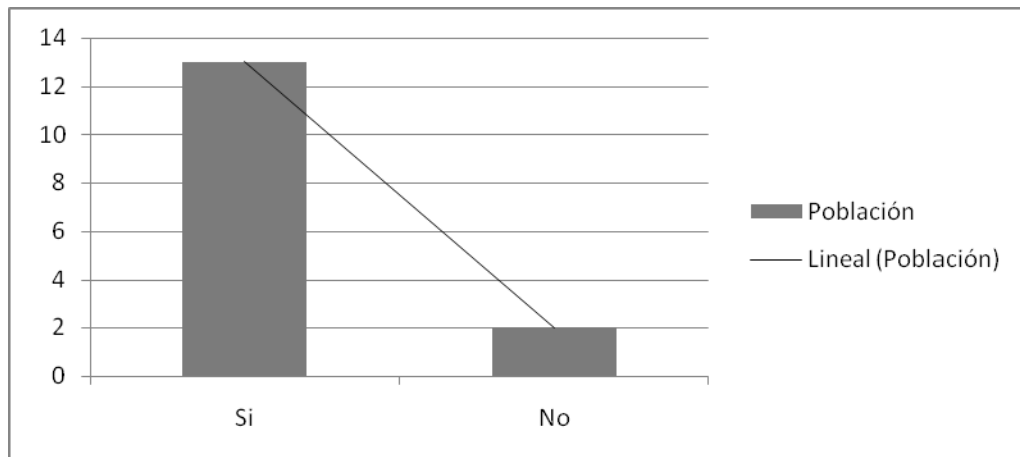
RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que todos los padres encuestados identifica la necesidad de obtener mas información para poder enfrentar situaciones de este tipo es vital ya que en la mayor parte de casos se desconoce acerca del tema

9. ¿Tienen sus hijos herramientas para decir “NO” ante el ofrecimiento del uso de drogas?

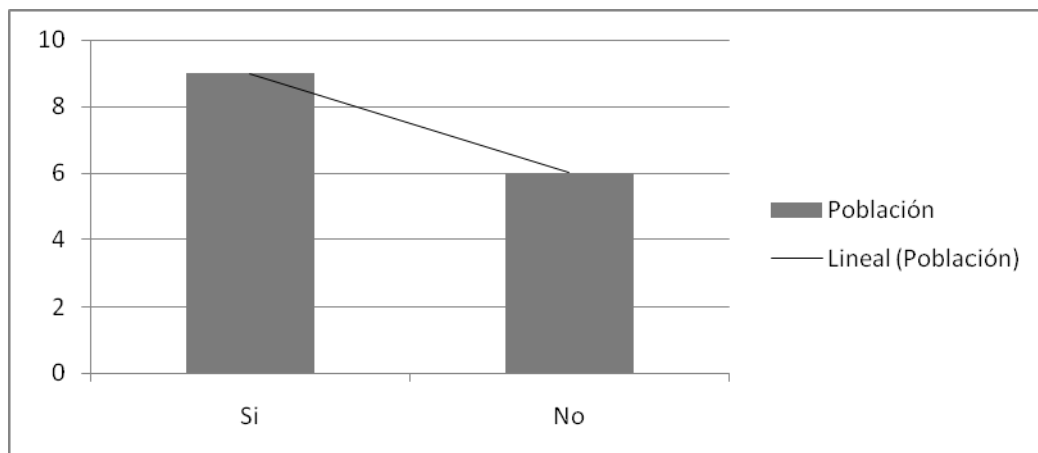
RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que la mayoría de los padres encuestados identifica sus hijos tienen algunas herramientas para decir “NO” ante el ofrecimiento del uso de drogas estas son, la fé en que existe un ser supremo que guiara en momentos en los cuales se presente una situación así, acompañado de los valores y del propio criterio sobre lo que puede repercutir en sus vidas. Una minoría no identifica que sus hijos no tienen herramientas para decir “NO” ante el ofrecimiento del uso de las drogas.

10. ¿Tiene usted suficiente información sobre las drogas, sus consecuencias y su prevención?

RESULTADOS



Interpretación: esta gráfica indica que todos los padres encuestados identifican que la necesidad de informarse mas acerca del tema es lo favorable y necesario para poder orientar de manera correcta la vida de sus hijos con respecto a este tema. Una minoría indica no tener la suficiente información sobre las drogas, sus consecuencias y prevención.

En la siguiente presentación se observa una tabla de información de respuestas, realizadas a cinco profesionales expertos del tema. De la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

PREGUNTA	EXPERTO # 1	EXPERTO # 2	EXPERTO # 3	EXPERTO # 4	EXPERTO # 5
1. ¿Qué son las drogas?	Son sustancias químicas, manufacturadas o naturales que al introducirse al organismo alteran su funcionamiento.	Sustancias que alteran el adecuado funcionamiento del cuerpo una vez ingeridas de manera oral, nasal, intravenosa o intramuscular	Son sustancias nocivas que invaden el organismo, se pueden fumar, tomar, inhalar, inyectar, etc. Son introducidas al cuerpo por el propio sujeto que las usa para sentir placer o evadir su realidad, son ilícitas las que no tienen control médico y lícitas los controlados por recetas, el abuso de las drogas llevan a la muerte debido a la adicción que provocan ya que el organismo cada vez necesita más de ellas.	Son sustancias químicas, sintéticas y naturales contenidas en productos, de consumo o no que están legalmente o no autorizadas. Estos compuestos tienen la capacidad de producir respuestas placenteras a nivel del sistema nervioso, manejo del dolor y de los estados emocionales.	Es una sustancia química que al ingresar al organismo altera el funcionamiento, físico y mental.

<p>2. ¿Qué tipos de drogas existen y sus consecuencias?</p>	<p>Drogas lícitas e ilícitas. Las drogas lícitas son las que están aceptadas social y legalmente por el estado por ejemplo: el alcohol, tabaco y fármacos. Drogas ilícitas son aquel tipo de drogas que no están legalmente aprobadas para la comercialización entre esas tenemos cocaína, el crack, el opio, la heroína, éxtasis, drogas de diseño, la marihuana, la morfina, psicotrópicos, etc. Ambas tienen consecuencias fatales de destrucción social, familiar y personal.</p>	<p>Drogas depresoras del sistema nervioso central como alcohol, opiáceos, drogas estimulantes del sistema nervioso central como cocaína, crack, heroína. Consecuencias pérdida de control, vacío existencial, aislamiento, depresión, ansiedad, accidentes, cárcel y muerte.</p>	<p>Las legales y las prohibidas, las legales son medicamentos recetados por el médico para aliviar enfermedades pero se puede abusar de ellas. Las prohibidas son aquellas que se venden sin autorización legal y por ser no controladas causan más adicción como la marihuana, cocaína, heroína, éxtasis, LSD, crack, anfetaminas, etc. Estas últimas causan deterioro de la personalidad, la salud, el proyecto de vida, sostenimiento económico, la</p>	<p>Naturales, sintéticas, químicas las naturales se refiere a las que producen o son los principios activos de algunas plantas. Y de estas se derivan las de productos químicos, como la cocaína, marihuana y LSD, las químicas como benzodiazepinas, opiáceos y algunos medicamentos cuyas propiedades son utilizadas por la farmacología como los psicotrópicos.</p>	<p>Alcohol, cannabis, anfetaminas, metanfetaminas, éxtasis, ritalin, cocaína, etc. Sus consecuencias son problemas motores, de conducta, trastornos del sueño, depresión, ansiedad, alucinaciones,</p>
---	---	--	--	--	--

			relación interpersonal y adaptación social. El alcohol y el tabaco siendo legales pueden provocar consecuencias graves en la vida de las personas.		
3. ¿Cuáles son las causas del uso de drogas en adolescentes?	Entre los estudios están las causas de desintegración familiar, bajo rendimiento académico, pobreza, ocio, problemas de violencia intrafamiliar, problemas de consumo de drogas dentro del hogar, falta de comunicación, entre los miembros de la familia principalmente los padres con el adolescente.	Baja autoestima, disfunción familiar, falta de identidad, rebeldía, proceso de transición niño-adulto, procesos hormonales de maduración, presión grupal y social, curiosidad.	Confusión sobre auto concepto, sentirse rechazado, inútil, no querido y no aceptado. La familia puede ser la principal causa cuando no brinda protección y satisfacción de la necesidad psicológicas como el afecto, alimentación, atención, educación y salud. Otras causas pueden ser la influencia del grupo	Son varias las razones y una de ellas es la etapa de la adolescencia la acción hormonal puede desencadenar el deseo de sentirse mas activos, es decir una razón intrínseca y otra razón es la necesidad que los adolescentes tienen de pertenencia y a veces el medio para alcanzarlo es a través de compartir este	Baja autoestima, falta de confianza, falta de comunicación con los padres, sentirse ansioso, no tener actividades para ocupar su tiempo libre donde canalizar sus tensiones. Adolescentes con problemas emocionales y trastornos de conducta. Curiosidad por probar nuevas cosas o por pertenecer a un

			contemporáneo que lo puede inducir manejando su ego y acusándolo de no ser independiente si no lo hace. También el desconocimiento de las consecuencias del uso de drogas y la evitación del tema en casa.	tipos de dogmas, la dependencia que ocasiona estas sustancias también es una razón por la que los adolescentes las utilizan.	grupo.
4. ¿Qué deterioro causan las drogas en la personalidad en los adolescentes?	Principalmente la falta de carácter, valores, falta de control de emociones deterioro específico, falta de identidad del adolescente se acentúa y se fija solo al grupo consumidor, la confusión de roles en su personalidad.	No saber quiénes son ambivalencia, desconfianza, ira, violencia, dependencia extrema de otras personas, pérdida de valores y rechazo a la autoridad.	Grave deterioro de su proyecto de vida pues truncan sus metas. La adicción se convierte en enfermedad cuando ya no se tiene control ante la exigencia del organismo pese contar con la sustancia para su buen funcionamiento. Se deteriora el	Tiene varios, principalmente las tipo neurológicas, incluyendo también los aspectos psicológicos y metabólicos, es decir disminución de procesos mentales, cognitivos, emocionales y afectivos, se evidencian también los	Cambios del comportamiento aislamiento y depresión.

			<p>carácter volviéndose agresivos, violentos, se apropian de las cosas ajenas para obtener dinero y comprar las drogas. La personalidad se deforma pues en esta etapa se reafirma el “YO” por lo tanto se sufre de culpa. Miedo, vergüenza, rechazo y estigma social.</p>	<p>procesos psicomotores, por ende puede conducir a otras problemáticas de tipo socio-laboral y de violencia.</p>	
<p>5. ¿Cómo considera que los padres deben abordar este tema con los adolescentes?</p>	<p>Principalmente bajo la perspectiva dar a conocer el impacto y las consecuencias que las drogas ocasionan y dándole a conocer a través de charlas instructivas</p>	<p>Profundizar en el conocimiento de drogas, comunicarse de mejor manera con sus hijos sin entrar en conflicto, escuchar de forma flexible y abierta, evitar culpar a alguien.</p>	<p>Claramente se debe hablar de cómo son, como se llaman, que causan, como se los pueden ingerir, como cuidarse para no ser presa de otros que se la den sin aviso. Es conveniente</p>	<p>Deben primero reconocer que hay un problema con el adolescente, luego buscar soluciones que permitan alejar el uso de estas sustancias y trabajar en los niveles de</p>	<p>Siendo directos y brindarles información clara y correcta, estableciendo normas dentro del hogar, establecer un patrón de conducta familiar, ayudar a los hijos a</p>

	<p>preventivas de información científica, a través de videos de documentos que puedan analizar y que los padres puedan ir explicándole las dudas a los adolescentes, con actitud amistosa, amorosa y comprensiva de los padres hacia los adolescentes.</p>		<p>poner ejemplos, leer artículos del periódico o revistas para informarlos bien; los padres no deben tener que hablar de este tema pues esto es desfavorable para que sus hijos no las consuman. Pueden apoyarse en ejemplos, películas, anuncios de la televisión u otros programas televisivos.</p>	<p>dependencia y abstinencia ya que uno es de tipo psicológico y el otro biológico, educar a los adolescentes en los aspectos y consecuencias.</p>	<p>establecer objetivos personales.</p>
<p>6. ¿Qué fortalezas ayudan a los adolescentes a enfrentar situaciones difíciles?</p>	<p>El amor, la comprensión de los padres, la instrucción, la educación, los valores humanos, éticos, religiosos estos se convierten en factores de protección para prevenir el</p>	<p>Reconocer que pueden tener necesidad de ayuda, contar con el apoyo de la familia, obtener el apoyo de los padres, tomar una decisión y mantenerla.</p>	<p>Sentirse queridos, protegidos e importantes dentro de su familia. Tener una buena autoestima valorándose y valorando su vida, su cuerpo y su futuro. Saber que cuentan con</p>	<p>Tienen muchas solo que deben ser orientadas a objetivos positivos, sin embargo la falta de esta orientación, es también una razón por el cual los adolescentes utilizan estas</p>	<p>Fomentar los valores desde el hogar, la buena comunicación con los padres y los maestros.</p>

	consumo.		adultos que les brindan su apoyo, aprender a decir "NO" cuando lo consideren y no ceder a la presión de grupo teniendo seguridad en sus decisiones y responsabilidad en sus actos. Conocer las consecuencias de actuar sin pensar o por complacer a otros. Estar informados de opciones favorables y desfavorables para realizar su proyecto de vida y visualizar su futuro.	drogas.	
7. ¿Qué papel juegan los padres en la prevención del uso de drogas en los adolescentes?	Son pocos los padres de familia que se dedican a desempeñar el papel de prevención con	Dar ejemplo a sus hijos en el sentido de no consumir drogas y permitir ayuda, asistir a psicoterapia	Un rol fundamental, ya que pueden brindarle a sus hijos el soporte de afectividad,	Comunicación abierta, no importando si existe o no la familia integrada, apoyarlos en el	Educadores, formadores, tienen un papel protagónico en la influencia sobre los

	<p>sus hijos dentro del hogar, la mayoría manifiesta una indiferencia ante la problemática del uso de drogas, la indiferencia se da por el desconocimiento, miedo de no saber tratar el tema y entrar en una actitud punitiva, rígida no flexible castrante.</p>	<p>grupal.</p>	<p>protección, cuidado, educación y salud. Los padres son los responsables de la formación de sus hijos, de informarles y hacer que aprendan a ser responsables de sus actos y decisiones. El ejemplo de la conducta de los padres es fundamental para enseñar porque los hijos aprenden más de lo que ven que de las palabras que se les dicen. Los padres deben informarse y prepararse para hablar con sus hijos y compartir con ellos lo que es favorable y</p>	<p>sentido de reconocer la problemática en ellos si existiera sin embargo los padres tienen , mucha responsabilidad en esto de prevenir.</p>	<p>adolescentes.</p>
--	--	----------------	---	--	----------------------

			desfavorable a su vida.		
8. ¿Qué herramientas deben tener los adolescentes para poder decir "NO" ante el ofrecimiento del uso de drogas?	Tener plenamente consciencia del daño físico, social, espiritual, emocional, personal, psicológico, económico, académico y ante todo el daño familiar, como se logra estos a través de la educación a través de informar al adolescente sobre la realidad de la problemática de las drogas, luego poder tener la confianza con los padres, maestros, amigos para comunicar y evitar quienes le están induciendo a estas drogas, adicionalmente poder elegir	Grupos de autoayuda, reconocer que necesitan ayuda, querer recuperarse y programa de recuperación	Autoestima y seguridad en sí mismo para tomar decisiones, deben saber enfrentar la presión del grupo de amigos con certeza de que hacer lo correcto y para su bienestar. Es importante escuchar lo que tiene que decir en casa y darles su lugar dentro de la familia así como presentarles opciones de todo tipo y ejemplos de situaciones donde se debe tomar firmeza y no ceder cuando considera que se hará daño.	Autoestima, seguridad, personalidad y/o emocional, tiene también que ver con los valores personales y la toma de decisiones y la responsabilidad asumida para reconocer entre lo bueno y lo malo.	Tener seguridad en si mismos, conocer las consecuencias de las drogas, comunicación con los padres.

	amistades sanas, ejercitar prácticas deportivas, el proponerse metas en la vida, el temor a Dios.				
9. ¿Según su experiencia como pueden los padres fortalecer el carácter del adolescente para así evitar el uso de drogas?	Con amor, brindándole amor integral, esto implica atender sus necesidades, ser comprensivos, pacientes, tolerantes, ser amigos y ante todo saber establecer límites con amor.	Cimentando valores ejemplificar las acciones y estar para sus hijos.	Conversando sobre situaciones de la vida real, utilizando artículos del periódico, revistas, programas de televisión para ilustrar los momentos difíciles que se pueden presentar y como enfrentarlos. Hablar explícitamente de las drogas, como son, como se usan, donde se distribuyen, sus efectos y consecuencias de consumirlas, también del	Evitar la sobreprotección y la dependencia que los padres ejercen en sus hijos, fortalecer el carácter con una buena autoestima, un criterio propio, enseñar las consecuencias y efectos que tienen el uso de drogas.	Ser como padres el ejemplo en el hogar, estableciendo reglas dentro del núcleo familiar escucharlos atentamente y enseñarles.

			cuidado de no ingerirlas por engaño y como se construye el futuro de un adicto y de una persona sana.		
10. ¿Qué recomendaciones puede darnos para la prevención del uso de drogas en adolescentes?	Que se deben atender a los padres de familia capacitándolos en materia de adicciones, así mismo divulgar información sobre problemas, causas y consecuencias en los colegios, las empresas, las radios comunitarias, los mercados cantonales, universidades. Establecer redes de instituciones públicas y privadas para trabajar la prevención a nivel	Comunicar información, participar en grupos de autoayuda, realizar perfil de personalidad, recibir psicoterapia individual y grupal.	Los padres no deben descuidar su educación, salud, aceptación, autoestima, su futuro y las amistades con los que comparten. Los padres deben estar pendientes de los lugares a donde acuden para divertirse, de los amigos que se cuenta, carácter, cambios de actitud u otros que puedan indicarles situaciones de riesgo para sus hijos. Los padres deben hablar claramente y	Educar en este tipo de drogas, buscar alternativas de utilización de tiempo fortalecer los aspectos psicológicos y/o emocionales, utilizar otros medios de distracción sana, deporte, fortalecer la autoestima.	Información preventiva conocer los diferentes tipos de drogas, sus consecuencias y los peligros, identificar signos y síntomas darles las herramientas necesarias y trabajar los lazos familiares, buscar ayuda profesional.

	<p>social-comunitaria, a nivel universitario, que se elaboren y se propongan políticas publicas que permitan prevenir el consumo de drogas licitas e ilícitas, y a nivel académico que las universidades incorporen en el pensum de estudio con carga académica el curso de las adicciones</p>		<p>cuantas veces sea necesario con sus hijos de los peligros y las adicciones, las drogas y sus consecuencias y de visualizar su futuro.</p>		
--	--	--	--	--	--

CONCLUSIONES

- El manual dirigido a padres para la prevención del uso de drogas, se fundamenta en los conceptos expresados por las personas de esta área consultadas durante la investigación, que formularon su criterio sobre la importancia de un manual de acceso rápido y fácil para los padres de familia sobre cómo prevenir el uso de drogas.
- Contar con un “Manual para la prevención del uso de drogas para padres de jóvenes de 12 a 17 años de edad”, responde a una necesidad primordial para la crianza de los hijos y que les ayuda como fuente de consulta para resolver dudas sobre ¿Qué son las drogas?, los tipos, ¿Cómo reconocer si su hijo usa drogas?
- Según los autores consultados indican, que la crianza con amor, comprensión, comunicación y armonía, ayudan a que los jóvenes no se dirijan al uso de drogas.
- Los resultados del estudio indican que los padres deben estar completamente informados sobre el tema y saber los procedimientos adecuados para transmitírselos a sus hijos, y así prevenir el uso de drogas en sus hijos jóvenes

RECOMENDACIONES

- Los padres de familia buscan orientación de cómo conducir a sus hijos en los proyectos de vida deseados por ellos, por lo que el manual elaborado en esta investigación puede ser de su utilidad.
- Para que los jóvenes no transiten por el camino equivocado los padres de familia deben estar pendientes de todo lo que sea referente a sus hijos.
- Los padres deben tomar en cuenta todos los aspectos de sus hijos para poder guiarlos por el proyecto de vida creado por ellos mismos, deben documentarse en diversas fuentes para que puedan hablar claro y con la verdad acerca de las drogas.
- Los padres de familia que se presenten en una situación peligrosa con el uso de drogas por parte de su hijo deberán buscar ayuda profesional, desde que se observen las primeras sospechas.

BIBLIOGRAFÍA

- × **Alva Reyes, María Jesus.** “El no también ayuda a crecer”. Editorial Tapa Blanda, 1era Edición. Madrid. Págs.312. (2004).
- × **Brito, Axenlto.** “El desafío de las drogas” Editorial Sudamericana, Buenos Aires. Págs. 125. (1989).
- × **Brooks, Robert y Goldstein, Sam.** “Cómo fortalecer el carácter de los niños” Editorial Tapa Blanda. 1era Edición. Madrid. Págs. 110. (2003).
- × **Elmer Romero Ramírez Valladares** “las drogas en padres de familia y las acciones de prevención contra la drogadicción” tesis universidad San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades. Págs.94. Guatemala (1998).
- × Estudio realizado por **SECCATID**, en colaboración con el Ministerio de Educación de Guatemala, con el apoyo de la Sección de Asuntos Narcóticos -NAS- de la Embajada de los Estados Unidos de América en Guatemala e investigadores de las Universidades de Virginia, en Richmond y de Pittsburgh, en Pittsburgh, (2002).
- × **Kalina, Eduardo y otros:** "La droga, máscara del miedo." Editorial Monte Avila. Págs. 150. Paraguay (1976).
- × **Luis Alberto Valverde Obando** “Drogadicción: los hijos de la negación” Editorial Universidad de Costa Rica. Pág. 97. (Enero 2003).
- × **Mark A. Bells, Karen Hughes.** Revista “Sociodrogalcohol”. ISSN 0214 No. Extra 2, Págs.305. Bolivia. (2003).
- × **Minuchin, S. Rosman, B. Baker, L.:** “Psychosomatic Families” Cambridge, Massachusetts. Harvard University Press. Págs. 175. (1978).

- × **Nathaniel Brandan.** “los seis pilares del autoestima” Editorial Paidós. México. Págs. 268. (1995).
- × **Luis Otero Aria.** “las plantas alucinógenas”. España, Castellano/Tapa Dura. Págs. 148. (1997).
- × **Robert Schwebel** “Cómo tratar con sus hijos del tema del alcohol y de las drogas” ediciones Paidós Ibérica, S.A., Págs.169. (1991).
- × **Roca Villanueva, Elia.** “Cómo mejorar las habilidades sociales, programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional”. 2da Edición, Editorial Escalones. Valencia. Págs. 236. (2005).
- × **Román Sánchez, José María y Alonso García, Julia.** “Educación familiar y Autoconcepto”. Ediciones Pirámide, Madrid. Págs. 168. (2003).
- × **Stanton, M. D.; Todd, T. y cols:** “Terapia Familiar del Abuso y Adicción a las drogas”. Buenos Aires. Gedisa. Págs. 321. (1988).
- × **Sureda García, Inmaculada.** “Cómo mejorar el autoconcepto” Editorial CCS. España. Págs. 243. (2005).

TECNOLÓGICAS

- × <http://labibliaweb.com>.

ANEXOS

Universidad de San Carlos de Guatemala
Centro Universitario Metropolitano
Escuela de Ciencias Psicológicas

ENTREVISTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES DE PRIMERO, SEGUNDO Y TERCER GRADO DEL CICLO BÁSICO DEL COLEGIO "JUAN BAUTISTA ALBERDI"

Solicitamos tu valiosa colaboración respondiendo las siguientes interrogantes que servirán para complementar la elaboración de un manual dirigido a padres de familia para la prevención del uso de drogas.

La información que nos brindes será confidencial y anónima no escribas tu nombre y por favor responde todas las preguntas tus respuestas no serán analizadas personalmente sino en forma colectiva.

1. ¿Sabes que son las drogas?

SI _____ NO _____

Explica: _____

2. ¿Sabes que tipos de drogas existen?

SI _____ NO _____

Explica: _____

3. ¿Conoces las consecuencias del uso de drogas en adolescentes?

SI_____ NO_____

Cuáles:_____

4. ¿Conoces el deterioro que causan las drogas en la personalidad en los adolescentes?

SI_____ NO_____

Cuál:_____

5. ¿Consideras que el futuro de los adolescentes se verá truncado por el uso de drogas?

SI_____ NO_____

Explica:_____

6. ¿Tus padres te han hablado de las drogas en casa?

SI_____ NO_____

Explica:_____

7. ¿Tienes fortalezas que te ayudan a enfrentar situaciones difíciles?

SI_____ NO_____

Explica:_____

8. ¿Crees que es necesario que tus padres te informen acerca de las drogas y sus consecuencias?

SI_____ NO_____

Explica:_____

9. ¿Tienes herramientas para decir "NO" ante el ofrecimiento del uso de drogas?

SI_____ NO_____

Cuáles_____

10. ¿Qué crees que necesitan los adolescentes fortalecer su carácter para no utilizar drogas?

SI_____ NO_____

Explica:_____

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

ENTREVISTA DIRIGIDA A EXPERTOS EN ADICCIONES

A continuación se le presentan diez interrogantes a las que deberá dar respuestas que usted considere apropiada a su experiencia detallando a si mismo la razón de dicha respuesta.

1. ¿Qué son las drogas?

2. ¿Qué tipos de drogas existen y sus consecuencias?

Universidad de San Carlos de Guatemala
Centro Universitario Metropolitano
Escuela de Ciencias Psicológicas

**ENTREVISTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA DE ALUMNOS DEL CICLO
BÁSICO DEL COLEGIO “JUAN BAUTISTA ALBERDI”**

Solicitamos su valiosa colaboración respondiendo las siguientes interrogantes que servirán para complementar la elaboración de un manual dirigido a padres de familia para la prevención del uso de drogas.

La información que nos brinde será confidencial y anónima, por favor responda todas las preguntas sus respuestas no serán analizadas personalmente sino en forma colectiva.

1. ¿Sabe qué son las drogas?

SI _____ NO _____

Explique: _____

2. ¿Sabe qué tipos de drogas existen?

SI _____ NO _____

Explique: _____

3. ¿Conoce las consecuencias del uso de drogas en adolescentes?

SI_____ NO_____

Explique:_____

4. ¿Conoce el deterioro que causan las drogas en la personalidad en los adolescentes?

SI_____ NO_____

Explique:_____

5. ¿Considera que el futuro de los adolescentes se verá truncado por el uso de drogas?

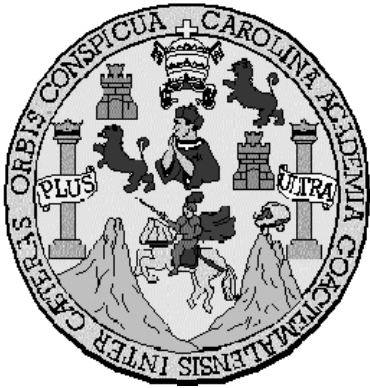
SI_____ NO_____

Explique:_____

6. ¿Usted como padre de familia ha hablado de las drogas con sus hijos en casa?

SI_____ NO_____

Explique:_____



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

**MANUAL DE PREVENCIÓN PARA
PADRES DEL USO DE DROGAS EN
JÓVENES**

Manual dirigido a padres de familia



Elaborado por: Yvonne Solares Pozuelo y Lilian López Ruano

Guatemala 2010

“EDUCAR ES TAMBIÉN PREVENIR”

Objetivo General:

- Determinar acciones preventivas y caracterizar el conocimiento de los padres para evitar el uso de drogas en sus hijos.

Objetivos específicos:

- Orientar a padres de familia sobre como prevenir que sus hijos usen drogas
- Contribuir a la prevención del uso de drogas en adolescentes Guatemaltecos
- Identificar las necesidades psicológicas que deben ser cubiertas por los padres de los adolescentes.

Introducción

El presente manual es un apoyo para padres que quieren informarse sobre las drogas y como prevenir que sus hijos las consuman. Contempla aspectos importantes de interés para los padres ya que contiene temas con información básica sobre las drogas, la clasificación de las mismas, la familia, los factores de riesgo, además de la orientación para fortalecer el carácter, autoestima y autocontrol de sus hijos jóvenes al presentarse una situación de alto riesgo donde ellos se podrían ver involucrados en el consumo de drogas y poder decir no en el momento que la presión de grupo este presente.

Ya que el uso indebido de drogas representa en la actualidad una temible amenaza para los padres de familia en relación a su familia, provocando en ellos un estado de ansiedad o miedo que los paraliza dejando que la situación se agrave, en muchos casos por que no saben a donde acudir o quien los puede ayudar en este difícil trabajo de prevenir que los jóvenes hagan uso de las drogas.

Es importante mencionar que con acciones saludables dentro de la familia, los padres pueden formar en sus hijos valores y convicciones para forjar su futuro, con un proyecto de vida positivo y productivo dentro de la sociedad. Los padres deben actualizarse e informarse acerca de las drogas, para conversar con sus hijos del tema y orientarlos sin temor a referirse a las drogas con una amenaza, que trae consecuencias muy negativas en su vida. La familia es la responsable de educar a los hijos, de cubrir sus necesidades, con el ejemplo de hábitos positivos y amor en la crianza para que aprendan a como enfrentarse a los retos y integrarse a la sociedad con un rol activo-productivo y llegar a ser adultos plenos, ciudadanos responsables y comprometidos a formar nuevas familias saludables.

La unión y comunicación entre padres e hijos garantiza una integración adecuada y un familia feliz y armoniosa.

Ayudemos a nuestros hijos a crecer libres de consumo de Drogas

Hoy en día los padres deben estar actualizados en el conocimiento de la problemática del uso de drogas en todos sus aspectos como son : consumo, producción, tráfico, distribución y venta. Para que conociendo del problema puedan tener fundamentos suficientes que les permitan transmitir a sus hijos información clara sobre las drogas y a su vez puedan orientarlos adecuadamente para evitar la adicción . Como padres y madres pueden prevenir el consumo de drogas , estableciendo una relación solida, fuerte y afectuosa con sus hijos enseñándoles valores y principios, escuchándolos con atención y siendo modelos positivos que enseñan con el ejemplo. Es importante resaltar que la familia constituye el primer agente educativo-preventivo, ya que a través de ella, cada niño y adolescente aprende el concepto de sociedad y cultura, aprende conductas, hábitos y percibe, de parte de los padres una actitud ante la vida y una forma de enfrentar los retos. Educar a los hijos significa transmitirles normas, patrones de conducta, valores, afecto e información con fin que puedan integrarse a la sociedad, y cumplir en ella un rol activo-positivo. Para ello se sugiere lo siguiente:

El ejemplo en la conducta de los padres para los hijos es la mejor enseñanza.

Se previene el uso de drogas siendo cariñoso , comunicativo y cercano a su hijo.

En la familia el padre o la madre no deben tener el poder y la autoridad por separado ni solo uno de ellos. Deben compartir en pareja la autoridad y el poder.

La familia con la participación de todos debe acordar reglas que se van a seguir en casa para la mejor convivencia y las consecuencias de no cumplirlas.

La madre y el padre deben ser los primeros en cumplir las reglas

Si tu hijo (a) ya informado no cumple las reglas dale otra oportunidad y recuérdale las reglas acordadas. Aplica la consecuencia acordada si vuelve a incumplir.

Emplea la negociación o consecuencia a fin de ponerse de acuerdo sobre las conductas adecuadas o inadecuadas dentro y fuera de la familia

Los padres deben demostrarles a sus hijos que los aman y que la consecuencia o sanción es parte de su responsabilidad como adultos



Todos los miembros de la familia deben valorarse y aceptarse, será mejor decir hiciste esto mal o no cumpliste y no decir eres malo o eres incumplido.

Todos los miembros de la familia merecen ser recompensados y reconocidos. Tenga en cuenta los gustos y preferencias de sus hijo , felicite sus progresos, animelo a seguir adelante y dígame constantemente que lo quiere, aprecie sus esfuerzos y sus logros.

Informa a tus hijos sobre qué son las drogas y sus consecuencias

Los padres deben vencer el miedo de hablar con sus hijos acerca de las drogas, es un tema actual del cual la familia no se despreocupará, esta información, plática o conversación es mejor sostenerla en la familia indicando la verdad a los hijos, de lo contrario el tema será conversado en otros ambientes como: la escuela, la comunidad, los compañeros o amigos donde la información será distorsionada y causara mas curiosidad conocer el tema fuera de la casa que dentro de ella con la confianza y protección de los padres.

PARA HABLARLE A SUS HIJOS CONOZCA:

Alerta a tus hijos ha no probar la droga por curiosidad. Y a cuidar lo que beben para no ser sorprendidos.

Qué son las drogas: es toda sustancia en forma de pastilla, cápsula, liquido, polvo, cigarro o inyección que puede ser tomada, fumada, inyectada, aplicada en la boca o la nariz, y que produce en el organismo alteración en el funcionamiento del cerebro y los sentidos, provocando que la persona actúe y se comporte de manera diferente a la habitual. Estas sustancias causan dependencia y necesidad en el individuo de consumirlas por sus efectos físicos y psicológicos.

Todas las drogas producen alteración al ver la realidad. Su efecto produce ver imágenes, oír sonidos y sentir sensaciones diferentes a las comunes. La persona eleva su confianza, estado de animo, excitación de los sentidos y su deseo de hablar en extremo. Las drogas causan placer o irritabilidad, enojo extremo y agresividad. Al pasar su efecto la persona quiere repetir la experiencia que lo aleja de la realidad y se produce así la adicción.

TIPOS DE DROGAS:

ANFETAMINAS: se presentan en capsulas o pastillas, alteran el sistema nervioso, su venta es ilegal en farmacias y droguerías. Provoca que el individuo distorsione la realidad.

HEROÍNA: se presenta liquida o en polvo blanco, produce adicción rápidamente, su venta es ilegal en la calle, su consumo puede ser inyectada o fumada

COCAINA O CRACK: se presenta en forma de polvo blanco o piedra, su venta es ilegal en la calle. Su consumo puede ser fumada o absorbida por la nariz, causa adicción inmediata.

MARIHUANA: se presenta en forma de cigarrillo hecho con hojas secas de esta planta, su venta es ilegal en las calles, su consumo es fumado, sus efectos son lentos sobre el sistema nervioso, y la adicción es progresiva.

TABACO: se presenta en forma de cigarrillo, su venta es legal en tiendas y supermercados, sus efectos son lentos sobre el organismo y la adicción es progresiva.

SUSTANCIAS VOLÁTILES: se presentan con nombres comerciales como Tiner, Éter, Pegamento, Cola y acetona, su venta es legal, su consumo puede ser absorbiéndolo por la nariz. Destruye el aparato respiratorio, los pulmones. Su adicción es inmediata.

ALCOHOL: se presenta en forma líquida es incoloro y de olor fuerte y agradable. Provoca mareo y sueño, el individuo presenta un comportamiento inadecuado. Su venta es legal en supermercados y tiendas, sus efectos son lentos sobre el sistema nervioso y la adicción es progresiva.



Los hijos deben aprender a decidir

Los padres son las personas que enseñan a sus hijos a tomar decisiones, por lo tanto deben de saber que esto significa elegir entre dos o más opciones, decir si o no después de haber analizado las ventajas y desventajas de una decisión . Todas las personas toman decisiones no importa la edad desde los niños que eligen el color de ropa o el juguete que les gusta, hasta los adultos si aceptan o no un trabajo, así los jóvenes deciden si realizan o no una acción. Algunas decisiones son fáciles de tomar y otras son difíciles , esto depende del impacto o la consecuencia que tendrá a lo largo de la vida. La persona toma una decisión comparando las situaciones y las consecuencias a recibir, toma en cuenta para decidir la referencia de otras personas cercanas entre ellas la familia, recurre a la información que tenga a decidir y usa su propia experiencia. La familia debe proporcionar un ambiente de confianza seguridad y ejemplo, así como firmeza en las decisiones tomadas, para ser la mayor influencia en las decisiones de sus hijos, evitado así que los jóvenes elijan por popularidad, presión de grupo, curiosidad o miedo, siendo su máxima referencia lo aprendido en cada para decir si o no.

Diez pasos que ayudan a tu hijo a decir NO

HABLA: acerca de los daños que causan las drogas, ayúdalos a cambiar la falsa idea de que " es normal que las personas ingieran alcohol, fumen tabaco u ocasionalmente usan drogas sin que les afecta".

DESARROLLA: valores firmes y adecuados. Tus hijos tendrán la suficiente fuerza y entereza para decir no al consumo de drogas.

BRINDA: un buen ejemplo. Los hábitos y actitudes que practique respecto al consumo del alcohol y las drogas, influenciaran fuertemente en las ideas que tus hijos desarrollen en la relación al consumo.

ESTABLECE: reglas de respeto familiar y social. Es muy útil llegar acuerdos respecto a la prohibición del alcohol , cigarrillos y demás drogas dentro y fuera del hogar.

FOMENTA: actividades sanas y creativas. El deporte, los pasatiempos y las actividades recreativas ayudan a prevenir y combatir el uso de alcohol, tabaco y las demás drogas.

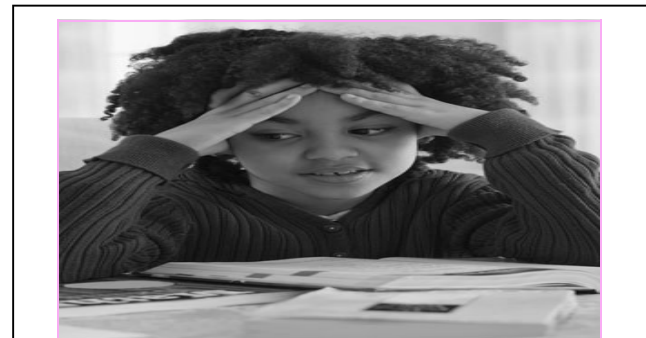
INFÓRMATE: que debe hacerse cuando se tiene problemas de drogas. Busca ayuda y orientación calificada y aprende a reconocer los signos exteriores relacionados al consumo de drogas.

ESCUCHA: atentamente a tus hijos. Ellos no dudaran e compartir sus experiencias si les demuestras interés y das valor a sus opiniones.

AYUDA: a hacerlos sentir bien consigo mismos. Tu respaldo a sus esfuerzos y logros es importante porque fortalece su confianza y autoestima.

ENSEÑA: a vencer la presión de grupo con sus propias convicciones.

COMPARTE: experiencias con otros padres. Conversa sobre la prevención del alcohol y las demás drogas. Esto te ayudara a comparar y reforzar el dialogo permanente dentro de su hogar.



Trabajemos por una familia funcional y armoniosa

Las actividades en familia son indispensables y muy importantes para lograr un acercamiento, unión y comunicación entre padres e hijos. Podemos tener muchas razones o excusas para no convivir con nuestros hijos, por ejemplo por falta de tiempo, dinero o por trabajo, pero si realmente se tiene el interés por compartir momentos juntos, seguramente que se encontrará la forma de lograrlo.

Hay muchísimas cosas que se pueden hacer ya sea al aire libre o en casa, gratis o de bajo costo. Aquí tenemos algunas sugerencias

El deporte: los padres deben alentar a sus hijos a que constantemente estén activos y que mejor dándoles ellos un buen ejemplo, planear actividades físicas en donde toda la familia participe como caminatas, trotar, manejar bicicleta, escalar volcanes, jugar básquetbol, futbol o voleibol. Estas actividades deberán ser constantes no una vez al año y con días establecidos.

Otra forma de hacer ejercicio de manera divertida es bailando, la familia deberá reunirse y escoger su música preferida y bailar por lo menos una vez a la semana, organizando una fiesta familiar.

Hacer una obra de teatro familiar eligiendo como tema y asignando un rol a cada uno, que puede ser diferente al que realmente tiene en la familia.

Compartir en familia programas de televisión, videojuegos o películas en casa.

Organizar una velada de juegos de mesa como: luisa, dominó, bingo, lotería, jenga, naipe.

Los padres deberán promover la discusión y solución de situaciones serias y graves que se presenten en la familia reuniendo a sus miembros para hablar acerca del problema.

La unión y comunicación entre padres e hijos garantiza una integración adecuada y una familia armoniosa y feliz.



Los padres deben pedir y tomar en cuenta la opinión de los hijos en decisiones familiares como nuevas compras, pintar la casa, hacer una limpieza general, lugares a visitar o cambios importantes.

Los integrantes de la familia también deben tener actividades propias de acuerdo a su edad o intereses que los padres deberán supervisar y equilibrar con las actividades en conjunto.

Factores protectores que los padres deben practicar

Los padres de familia son las personas principales en la protección contra el uso de drogas en sus hijos y otros problemas sociales, el padre y la madre son los modelos y el ejemplo del ambiente cálido que debe haber en casa, y son los encargados de promover y desarrollar la unión familiar de cada uno de los miembros de la familia haciendo que cada uno actúe de acuerdo al lugar que le corresponde según su edad y su rol. Son los padres los responsables de velar porque los hijos cumplan sus responsabilidades y obtengan sus derechos en igualdad de condiciones, brindándoles la oportunidad de expresar sus ideas y sentimientos, tomando en cuenta su opinión y participación en un clima de confianza y seguridad. Los padres deben ejercer su rol de adultos guiando según su experiencia y conocimientos, estableciendo límites y velando porque se cumplan las reglas y las consecuencias en cada uno de los miembros, los padres deben ser firmes y asertivos indicando con claridad y directamente lo correcto e incorrecto haciendo ver las consecuencias que se obtendrán, deben ser cercanos a sus hijos demostrándoles a diario su amor, con abrazos, besos, felicitaciones reconociendo sus logros y dándole valor a los esfuerzos de los hijos, todo esto complementando con la atención para que tengan vivienda, vestuario, alimentación, salud y educación hasta que sean independientes. Algunos padres sin oportunidad de haber crecido en familias con armonía y cariño deben esforzarse por dar a sus hijos un ambiente adecuado de crecimiento, los padres son los responsables de proteger a sus hijos de los peligros que los amenazan informándolos acerca de ellos, enseñándoles a tomar decisiones correctas y a verse en un futuro como ciudadanos de bien y adultos productivos.

ESFUERZATE PARA HACER UNA FAMILIA QUE :

Promueve el respeto, la unión y el acercamiento, la recreación y el deporte, demuestra el cariño y usa palabras positivas.

Motiva y estimula el desarrollo de cada uno, la superación, inyecta entusiasmo, hace que todos participen y desalienta el conformismo.

Brinda vivienda, abrigo, alimento, educación, salud y atención a todos los miembros de la familia según su edad e intereses.

Demuestra con el ejemplo que se hace lo que se dice, que aplica la disciplina, y que tiene un buen modelo a seguir.

Enseña a todos a expresar sus sentimientos de alegría o tristeza, necesidades y opiniones, discute los problemas y busca soluciones no culpables, sea flexible y responsable.

Provoca espacios de atención a cada uno, la comunicación constante, la honestidad, la satisfacción y el acuerdo, las reglas y las consecuencias, los derechos y las obligaciones, la conducta correcta o incorrecta.

Forma valores como la solidaridad y el apoyo entre todos, la confianza y la celebración de los progresos.

Los padres son los obligados a proteger a sus hijos y enseñarles a protegerse con amor, respeto y la convivencia diaria. Haz de tu hogar un nido con calor humano para que tu polluelo vuele cuando este preparado.

Informa de los peligros que amenaza a cada persona y sus consecuencias entre ellos el uso de drogas.

Demuestra y enseña el uso de la comunicación directa y a decir NO cuando es necesario.



Cómo reconocer si mi hijo usa drogas

Los padres no deben dejar pasar cambios bruscos en actividades o reacciones de sus hijos, deben investigar a fondo la causa y actuar para solucionarlo.

Aunque es muy difícil establecer actitudes que con certeza indiquen que hay consumo de drogas legales e ilegales, existen algunas señales que pueden ser signos de alarma. Los padres deben estar atentos a los cambios bruscos que presenten sus hijos tanto en el carácter, en su estado físico, en el apetito, en su participación familiar, en las ausencias prolongadas que tenga en la casa, en las amistades que frecuenta o en las respuestas que da a las situaciones difíciles, en estos aspectos los padres pueden detectar si su hijo inicia el consumo de sustancias adictivas. Al observar irritabilidad, salidas sin permiso, aislamiento del grupo familiar, se lleva cosas para vender, pérdida de objetos de valor, obtención de dinero sin trabajos aparentes, al observar esas situaciones los padres deben averiguar a fondo que es lo que sucede con sus hijos cual es la causa de su cambio, escudriñar sin que él se de cuenta dentro de sus cuadernos, su dormitorio, sus cosas personales y buscar ayuda profesional si se detecta algún problema del uso de drogas.

DEBEMOS ESTAR ATENTOS A:

Las borracheras y el uso de cigarrillos son evidentes, además generan vómitos, andar vacilante, dificultad al hablar y al día siguiente sed y falta de apetito.

Con el consumo de marihuana se presentan mareos, sed y sueño en exceso, pérdida del apetito.

Con el consumo de cocaína hay sobre excitación, frecuente mucosidad nasal, notable perdida de peso, nerviosismo, agresividad, bajo rendimiento escolar y aislamiento y al pasar del tiempo sangrado frecuente de nariz.

El consumo de heroína provoca picazón en el cuerpo, habito de tocarse la cabeza, la nariz irritada y roja o pinchazo en brazos, piernas y tobillos, evidente palidez del rostro.

El consumo de sustancias volátiles se detecta porque el olor se impregna en el cuerpo de la persona y se presentan los efectos de una borrachera.

El consumo de sedantes provoca extrema tranquilidad, sueño constante o por el contrario, temblores, insomnio y ansiedad, constantes periodos de tristeza.



Actividades familiares que son factores de protección y prevención del uso de drogas en tus hijos

Los padres son los responsables y encargados de proteger a sus hijos por que ellos no pidieron venir al mundo.

Los padres y la familia son por si misma un factor de protección contra el uso indebido de drogas y otros problemas sociales, por lo tanto dentro de la familia debe haber práctica de hábitos saludables en la alimentación, la higiene, el cuidado personal, la recreación, la convivencia armoniosa, la utilización adecuada de los recursos económicos y materiales, así como del tiempo, cumplimiento de las responsabilidades y participación con un papel autónomo y positivo. Una familia protectora es una familia cálida donde se expresa y demuestra el cariño, el amor y el afecto dentro de todos sus miembros con abrazos besos, apretones de manos celebraciones de cumpleaños , ayuda cuando es necesaria, solidaridad en las dificultades y respeto a cada uno de sus integrantes. Por lo tanto la familia debe ser un nido de amor hacia sus hijos con disciplina y orden, los padres deben brindar protección, vivienda, vestuario y educación a los hijos por que los hijos dependen de los padres hasta la mayoría de edad. Los padres son los responsables y obligados a criar , educar y hacer que sus hijo se desarrolle, los hijos no piden venir al mundo si no son los padres que por una o por otra razón los traen. El recién nacido es el ser más indefenso y depende completamente de sus padres, durante los primeros años de vida aprende y comprende su ambiente familiar y posteriormente en el crecimiento pule su carácter reafirma su personalidad y se convierte en un adulto gracias a todas las experiencias vividas en la familia.

El recién nacido es un ser indefenso que depende de los adultos principalmente los padres para crecer y desarrollarse positivamente.

Cuando tus hijos cometen errores, corrígelo sin gritos, sin violencia, sin histeria, habla con ellos, busquen la causa de los errores y busquen las soluciones .

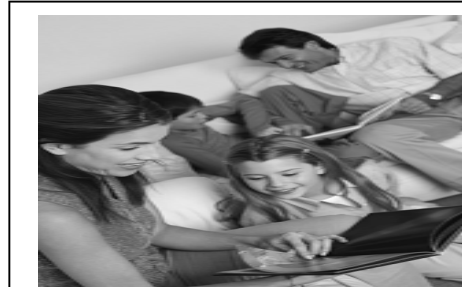
Ejerce control sobre las actividades que hacen tus hijos, en donde están , quienes son sus amigos cuales son sus direcciones y sus aspiraciones, este control debe ser una muestra de interés por su bienestar y no como una forma de perseguirlos.

Reconoce y valora el esfuerzo de tus hijos, diles lo bueno e inteligentes que son.

Háblales de manera directa y clara de las drogas y todo lo que puedan causarle daño, enséñeles a decir NO a lo incorrecto.

Enseña a tus hijos a no tener miedo, a resistir la presión de grupo, a no perder sus valores por un momento de placer, hacer responsables y honestos con sus actos y consecuencias.

Lo primordial es que tus hijos nunca prueben las drogas y se mantengan alejados de ellas. Recuérdales siempre las consecuencias de las decisiones y que deben trabajar por sus metas y futuro.



Enséñale a tu hijo a fortalecer su carácter

Los padres deben aprender que el carácter se hace no se nace con él y puede cambiar si se educa.

Los padres deben conocer que es el carácter. El carácter se forma en el hogar y consiste en la manera constante de conducta ante las situaciones diarias. El carácter es único en cada persona y se forman con las experiencias vividas. Las características del carácter son las actitudes comportamientos o reacciones que cada individuo muestra en la sociedad antes las situaciones que vive. Los padres transmiten a sus hijos las características de su propio carácter a través de la observación que los hijos hacen de sus reacciones y actitudes ante los sucesos

de la vida diaria . El carácter forma parte de la personalidad y contiene la capacidad para crear, inventar, trabajar, desear, apasionarse, habilidad para buscar cosas nuevas y originales, el entusiasmo, la valentía , la conciencia, el sentimiento hacia si mismo y hacia otros, el liderazgo, la fe, la fortaleza y la satisfacción constante en los resultados obtenidos de su propia actividad. Los padres son muy importante en la formación del carácter . El carácter esta ligado a la aceptación propia y la auto estima que le permite a cada persona superar los fracasos, ser constante, solucionar las dificultades y a no perder el ánimo en situaciones adversas.

Para favorecer el carácter y la autoestima en la familia se debe:

Dar valor a la imagen de si mismo, el cariño que se tiene de ser como se es, la confianza en el éxito que se obtiene en lo que se hace, es la sensación de quererse y ser querido, la falta de autoestima impide el desarrollo adecuado en cualquier etapa de la vida.

Demostrarles atención e interés por lo que son y lo que hacen ,que es importantes por lo que son y lo que hacen , únicos y con poder de decidir lo correcto para su vida.

Aceptar a los hijos e hijas tal y como sin comparaciones físicas por ser gordo flaco o bajo sin comparaciones de listos o tontos, sin burlas sin apodos, sin diminutivos, llamarlos por su nombre con respeto de La aceptación implica que no hay comparaciones. Y demostrarle que son queridos .

Brindar cariño con abrazos besos, caricias en la cabeza en la mejilla, con un apretón de manos siempre hablarles con palabras agradables y positivas, no disciplinarlos con palabras de maltrato por el contrario hablarle siempre con palabras positivas de apoyo y de valor de su persona

Felicita sus progresos y apóyalos en las dificultades reconociendo sus esfuerzos y su participación.

Demuéstrales confianza encomendándoles actividades de acuerdo a su edad, motivándoles a lograr lo que se proponen.

Establece con claridad los limites y las reglas de conducta dentro de la familia guiándolos a cumplirlas e informando de la consecuencia de no cumplirla , mantenga la disciplina con firmeza, sea flexible en caso necesario con justa razón , las consecuencias y las reglas van de acuerdo a la edad e intereses de sus hijos. Practique en la familia y de ejemplo de valores, como la honestidad, justicia y respeto, cuidado y protección de si mismo.



Guía a tu hijo en el proyecto de vida

La vida de tu hijo es muy valiosa por eso debes guiarla . El tiempo perdido no se recupera.

- Los adolescentes necesitan un motor que los impulse a cumplir sus metas, y sus sueños ,por lo que deben estar acompañados de una guía acerca de lo que desean lograr y de cómo pueden conseguirlo. Aquí los padres juegan un papel principal e importante para guiar a sus hijos porque, ninguna otra persona deseara tanto el bienestar para los hijos como los padres .

El proyecto de vida es un camino que se planifica con los pasos que queremos dar en el presente para lograr las metas y hacer un futuro. Al escribir nuestras metas y que debemos hacer para cumplirlas estamos facilitando tener una visión clara de nuestros propósitos y de lo que esperamos ser y obtener en un tiempo no muy lejano, los padres deben saber que es importante que los hijos se fijen metas claras y sepan que hacer para lógralas, los padres son los encargados de motivar a los hijos a triunfar siendo personas sanas de mente cuerpo y espíritu , a si como de enseñarles a aprender de cada experiencia para esto es básico no criticar ni corregir frecuentemente los errores de los hijos si no por el contrario felicitar sus logros y decirles constantemente que son capaces de lograr lo que quieren si se esfuerzan y trabajan en el presente para el futuro.

El tiempo que dediques a ayudar a tu hijo en su proyecto de vida es el futuro que construyas con él.

APOYA A TU HIJO EN SU PROYECTO DE VIDA:

Las metas que se propongan deben ser fáciles de conseguir para tener éxito trabajar mucho para alcanzar las metas difíciles . Las metas propuestas pueden ser de corto media o largo plazo y no deben ser pérdidas de vista a muy largo tiempo que estas sean.

Brinda tu opinión acerca de las elecciones que tu hijo realice en su vida, respetando sus decisiones, no puedes decidir por él, solo ayúdalo a través de tu experiencia.

Mantén la comunicación y conversa con tu hijo acerca de las decisiones que toma pues por muy sencillas que estas sean pueden obstaculizar su futuro o proyecto de vida

Alienta la autonomía y responsabilidad de las metas propuestas por tu hijo y proporciónale las condiciones para cumplirlas, enséñale a tu hijo a planificar sus actividades iniciando por escribir las actividades de un día, un mes, un semestre o un año. Demuéstrale a tu hijo que el tiempo no se detiene por lo tanto la planificación debe tener tiempos establecidos para cada actividad, el tiempo perdido no se recupera.

Anímalo y motívalo a estar constantemente activo no dormir demasiado no recrearse demasiado , no ir de fiesta constantemente, debe vencer la pereza y usar la diversión sin descuidar sus obligaciones .



Realiza actividades familiares de recreación que aumentan la confianza y seguridad en tu hijo

El juego es el medio mas feliz donde se aprende sin presión y sin regañón

Los jóvenes que viven con unión familiar, se divierten con sus padres y sus hermanos, reciben y dan afecto a través de juegos recreativos, forman fuertes lazos de pertenencia de su grupo familiar por lo tanto gozan y aprenden en condiciones recreativas donde pueden participar abiertamente sin estrictas reglas, jugando en un papel de igualdad con sus padres y sus hermanos. Jugar es un tiempo de mucha importancia y valor para padres e hijos pues en él se convive de una forma muy cercana y en un ambiente de placer, por lo tanto los padres deben motivar y participar en momentos de juego organizados o improvisados. Algunos padres creen erróneamente que el juego es una pérdida de tiempo o que por ser adultos no deben jugar, sin embargo esta comprobado que el juego es una medio de aprendizaje a todo edad que proporciona experiencia de éxito, de utilidad, de capacidad, de sana competencia o de pérdida a pesar del esfuerzo, haciendo a las personas mas fuertes ante la frustración. Es necesario jugar con los hijos para desarrollar en ellos la confianza en si mismos.

ANIME A SU HIJO A QUE PARTICIPE EN:

- Paseos , excursiones , viajes de estudio, campamentos.
- Talleres de música, danzas, artes plásticas, teatro.
- Concursos, campeonatos, festivales estudiantiles.
- Proyectos productivos , club de ciencias, lecturas, ajedrez, cine y tv.
- Olimpiadas, exposiciones, ferias, encuentros y asambleas.



Los padres experimentan con sus hijos el niño que llevan dentro jugando con ellos

- ◆ Invita a tus hijos al cine a compartir una película de temporada compartiendo en casa los comentarios.
- ◆ Lleva a tus hijos a un lugar recreativo donde pueden compartir actividades acuáticas como nadar en una piscina y realizar juegos en agua.
- ◆ Celebra los cumpleaños de todos y cada uno de los miembros de la familia, felicitándolo por un año mas de vida.
- ◆ Asiste con tu familia a eventos sociales como fiestas, actividades escolares extraula como el día de la familia el aniversario, del colegio.
- ◆ Realiza algo especial para celebrar los días festivos como el día de la madre, del padre, día de la juventud, día del niño, día del trabajo, día de la independencia, aniversario de boda.
- ◆ Algunas veces lleva a tu familia a comer fuera de casa.

Factores de riesgo del uso indebido de drogas en los adolescentes

Los padres deben estar enterados de los fuertes avances del mundo en los últimos años, tanto en la ciencia, en la tecnología y en la economía estos cambios sin lugar a duda afectan el desarrollo del ser humano y traen consigo una serie de problemas sociales que afectan a la sociedad las familias y las personas, dificultando su estabilidad y desarrollo, entre estos problemas se encuentran el uso de drogas que se extiende con rapidez y no distingue sexo, edad, posición económica y social, religión, país, raza o grado de educación, frente a este problema lo que todos debemos hacer es prevenir y los padres sobre todo no deben permitir que sus hijos caigan en el riesgo del uso de drogas. Prevenir significa prepararse antes del problema avisar y advertir de una situación para tomar las debidas precauciones por lo tanto los padres deben conocer los factores que ponen en riesgo a sus hijos para caer en una adicción .

FACTORES DE RIESGO A NIVEL INDIVIDUAL: los desajustes y rasgos negativos de la personalidad, tales como:

- ◆ Problemas de identidad personal: Autoconcepto negativo y baja autoestima
- ◆ Baja tolerancia a las frustraciones.
- ◆ Incapacidad para hacer frente a la presión de grupo.
- ◆ Inestabilidad emocional, angustia
- ◆ Personalidad dependiente.
- Carencia de metas.
- Curiosidades e intereses no canalizados ni satisfechos.
- Desorientación para el uso adecuado del tiempo.
- Sentimientos de incompreensión.



FACTORES DE RIESGO A NIVEL FAMILIAR:



- Desintegración familiar o ausencia de figuras de autoridad.
- Incomunicación o limitada participación de los padres en la formación de los hijos (a).
- Inconsistencia en la expresión de sentimientos de amor, respeto, libertad y autoridad.
- Padres exigentes, autoritarios, violentos, que consuman drogas, consentidores, que abandonan a sus hijos o padres que aunque estén en el hogar no ponen atención a sus hijos, padres fríos, alejados.