



Hable temprano y con frecuencia sobre el alcohol, tabaco y otras drogas. Aun cuando sea difícil.

Empoderando a los padres para que críen a sus hijos a ser libres de sustancias

**ES** Haga clic aquí para imprimir un PDF de este artículo y poder comenzar la conversación con su hijo

Hablar regularmente con la juventud sobre los peligros del alcohol, tabaco y otras drogas reduce su riesgo de usarlos en primer lugar.

Know! lo alienta a compartir este Consejo para Padres con sus amigos y familia.

Aprenda más en:  
[DrugFreeActionAlliance.org](http://DrugFreeActionAlliance.org)

Know! es un programa de:



Drug Free Action Alliance

LIFETIME PREVENTION | LIFETIME WELLNESS

Drug Free Action Alliance  
6155 Huntley Road, Suite H  
Columbus, Ohio 43229  
PH: (614) 540-9985  
FX: (614) 540-9990

## KNOW! Consumo de alcohol de menores de edad NO es algo dado por hecho

Kathy Radigan, una escritora del Huffington Post escribió, “Carta abierta para mi hijo adolescente sobre consumir alcohol”. En el artículo, habla sobre qué rápido se pasó el tiempo y cuántas cosas han cambiado; como su hijo pequeño para quien ella programaba citas de juegos no hace mucho tiempo, se ha convertido ahora un adolescente completo, saliendo a comer o al cine con sus amigos, muchas veces sin un adulto. Dice que ella solía sentarse en una mesa de cocina hablando con otros padres mientras los niños jugaban, ahora se convirtió en un saludo a la distancia como mucho.

Kathy dice además que el “estado de adolescente” de su hijo motivó muchas nuevas preguntas sobre el alcohol y otras drogas de sus amigos y su familia. Se le preguntó cosas como: “¿Qué harás cuando tu hijo llegue a tu casa alcoholizado por primera vez?” y, “¿Qué harías si te enteraras que está usando drogas?” Kathy tomó esas preguntas como que las personas asumían que su hijo (junto con otros adolescentes) automáticamente consumiría alcohol siendo menor de edad y posiblemente usaría otras drogas. Cuando ella cuestionó dicha asunción, la respuesta más común fue, “por supuesto que lo hará”.

Sorprendida por este tipo de pensamiento, Kathy decidió hacer lo que hace mejor, escribir sobre eso. Dice que su hijo, como muchos de sus compañeros, ha estado aprendiendo sobre los peligros del alcohol y otras drogas en la escuela desde que comenzó kindergarten. Ella sabe que él está consciente de que las sustancias afectan el juicio y aumentan la probabilidad de que la persona participe en comportamientos riesgosos, como tener sexo o conducir bajo la influencia. De hecho, justo antes de entrar en su primer año de secundaria, su hijo participó voluntariamente en una asignación de clase en que prometía no fumar o beber durante la escuela secundaria. Con todo esto en mente, Kathy dice que es una locura que las personas crean que el abuso de sustancias entre adolescentes es un hecho por sentado.

Kathy aclara que no vive en la “tierra de sueños”, como creen algunas personas. Simplemente dice que el pensamiento de que los “niños serán niños” y que “nosotros lo hicimos a su edad”, no es criterio en el que tenemos que basar la crianza de nuestros hijos, y que dichas actitudes y creencias solo probablemente confundirán a los jóvenes en su toma de decisiones.

**ES** Haga clic aquí para imprimir un PDF de este artículo y poder comenzar la conversación con su hijo

Hablar regularmente con la juventud sobre los peligros del alcohol, tabaco y otras drogas reduce su riesgo de usarlos en primer lugar.

Know! lo alienta a compartir este Consejo para Padres con sus amigos y familia.

Aprenda más en:  
[DrugFreeActionAlliance.org](http://DrugFreeActionAlliance.org)

Know! es un programa de:



Drug Free Action Alliance

LIFETIME PREVENTION | LIFETIME WELLNESS

Enlace al artículo en la página de Facebook de Drug Free Action Alliance

Drug Free Action Alliance  
6155 Huntley Road, Suite H  
Columbus, Ohio 43229  
PH: (614) 540-9985  
FX: (614) 540-9990

Para asegurar que su hijo no se confundiera y para poner en claro sus expectativas, Kathy escribió la siguiente carta a su hijo (la cual se alienta a los padres e hijos a que lean y discutan):

Querido Tom:

La edad legal para consumir alcohol en este país es 21 años. Por favor sabe que papá y yo nunca te permitiremos tener alcohol en nuestra casa o en nuestra presencia hasta que llegues a esa edad. Por favor ten en cuenta además que nunca ha ocurrido nada bueno cuando un grupo de adolescentes ha bebido alcohol. Es una receta para todo tipo de desastres.

Si eliges beber, no solo romperás las reglas de nuestro hogar, estarás quebrantando la ley.

Si eres detenido conduciendo bajo la influencia o la policía es llamada a una fiesta donde has estado bebiendo, podrías estar en una posición en la que no podemos protegerte.

Siempre llámame a mí y a tu papá. SIEMPRE. Sin importar lo que hayas hecho.

Nunca sigas una mala decisión con otra peor porque tienes miedo de desilusionarnos o de enojarnos.

¿Estaremos contentos? Por supuesto que no. Pero preferiremos traerte a ti o a cualquier amigo que desee venir contigo a nuestro hogar seguramente, que recibir una llamada que nos informe que NUNCA volverás a casa.

Déjame ser clara que el hecho de que te amamos y que siempre te apoyaremos no significa de ninguna manera que no haremos nada si haces cosas que sabemos no son buenas para ti.

Habrás aquellos que te dirán que tus padres son irrazonables o totalmente ingenuos. Algunos hasta podrían decir que eres un adolescente y es un rito de pasaje embriagarse. Hasta podrían contarte historias de sus propios errores juveniles.

Escucha a tu corazón y confía tu instinto. Además sabe que no es nada genial despertarte en tu propio vómito o tener un DUI (conducir bajo influencia) antes de tener 18 años.



Hable temprano y con frecuencia sobre el alcohol, tabaco y otras drogas. Aun cuando sea difícil.

Empoderando a los padres para que críen a sus hijos a ser libres de sustancias



Haga clic aquí para imprimir un PDF de este artículo y poder comenzar la conversación con su hijo

Hablar regularmente con la juventud sobre los peligros del alcohol, tabaco y otras drogas reduce su riesgo de usarlos en primer lugar.

Know! lo alienta a compartir este Consejo para Padres con sus amigos y familia.

Aprenda más en:  
[DrugFreeActionAlliance.org](http://DrugFreeActionAlliance.org)

Know! es un programa de:



Drug Free Action Alliance

LIFETIME PREVENTION | LIFETIME WELLNESS

Enlace al artículo en la página de Facebook de Drug Free Action Alliance

Drug Free Action Alliance  
6155 Huntley Road, Suite H  
Columbus, Ohio 43229  
PH: (614) 540-9985  
FX: (614) 540-9990

Tu padre y yo estamos orgullosos del hombre en que te estás convirtiendo. Te amamos tanto que no nos importa si nos odias. Ese es nuestro regalo para ti; somos tus padres, no tus amigos.

Para siempre, tu mamá

Para el artículo completo publicado en el Huffington Post, escrito por Kathy Radigan, haga clic aquí.

Fuente: Radigan, Kathy, Huffington Post: An Open Letter to My Teenage Son About Drinking, July 22, 2014.