

**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! Padres, educadores y miembros de la comunidad hacen una diferencia

Es la temporada de dar regalos. Sea usted un padre, educador o miembro de la comunidad, tiene la oportunidad de dar un regalo que sigue dando; su influencia positiva y mensaje consistente cuando se trata de prevenir el abuso de sustancias en adolescentes.

La adolescencia es el periodo crucial para el establecimiento de abuso de sustancias y sus muchas consecuencias negativas. El cerebro adolescente está en su pico para la toma de riesgos y es más vulnerable al daño en esta etapa de desarrollo. Cuanto más temprano un niño comience a usar, más probabilidad de que sea un adicto más tarde en su vida. Al mirar a la población adulta, el 90% de aquellos luchando contra la adicción de sustancias dice que comenzaron a fumar, beber o usar otras drogas antes de los 18 años, por lo tanto, ¡cada minuto cuenta!

Padres, educadores y miembros de la comunidad, USTEDES son la primera línea de defensa en la lucha contra el abuso de sustancias. Lo que USTEDES digan y hagan puede tener un impacto que salve la vida de sus hijos y otros jóvenes en su comunidad.

### Los siguientes son cinco objetivos clave para asistir sus esfuerzos de prevención.

1. Hablen con sus hijos en sus vidas sobre los peligros del abuso de sustancias y la importancia de controlar impulsos.
2. Los padres deben establecer reglas claras para sus hijos sobre no usar drogas; deben monitorear el comportamiento de los hijos e imponer las consecuencias adecuadas en el hogar, para que se respeten y sigan las reglas.
3. Padres, educadores y miembros de la comunidad deben trabajar para crear un ambiente positivo en el hogar, escuela y comunidad; deben servir como buenos modelos y siempre esforzarse para aumentar la autoestima en los niños.
4. Padres, educadores y miembros de la comunidad deben también alentar y apoyar el vínculo escuela/comunidad entre los jóvenes. La juventud es mucho más probable que evite conductas riesgosas y prosperen en todos los aspectos de desarrollo cuando crea que los adultos en sus escuelas y comunidades realmente se preocupan por ellos como personas.
5. Todos deben compartir esta información con familiares y amigos para que puedan seguir las mismas pautas para desalentar el abuso de sustancias y crear una comunidad solidaria.



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

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

Todos los niños tienen el derecho de crecer saludables, seguros y libres de drogas. La juventud tiene la mejor posibilidad de que esto suceda cuando los padres, educadores y miembros de la comunidad trabajan juntos para ayudar a los jóvenes a comprender los peligros de las drogas, y cuando la importancia de ser saludables y tomar buenas decisiones en el hogar, en la escuela y dentro de la comunidad, es consistentemente reforzada.

Permanezca con Know! durante el próximo año nuevo, mientras continuamos brindándole información, actualizaciones y conocimientos sobre el alcohol y otras drogas, al asistirlo en sus esfuerzos de prevención entre los jóvenes.

Fuente: [CASA Columbia: "National Study Reveals: Teen Substance Use America's #1 Public Health Problem."](#) June 2011.

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