



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

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! La Semana Nacional de Datos de Drogas y Alcohol es del 25 al 31 de enero

Cuando se trata de alcohol y otras drogas, existen opiniones y luego están los datos. Es lo suficientemente difícil para nosotros adultos distinguir entre los dos; es probablemente más desafiante para nuestra juventud, quienes reciben la mayoría de su información de internet, películas, música o amigos. Pero con eso en mente, los padres y cuidadores son alentados a participar este año en la Semana Nacional de Datos de Drogas y Alcohol (NDAFW). Habrá eventos juveniles en la escuela y patrocinados por la comunidad en todo el país, además de una charla en la web en vivo donde estudiantes se conectarán con científicos de drogas y otros expertos para recibir respuestas a sus preguntas sobre el alcohol y otras drogas. Los padres y otros cuidadores pueden tomar parte en esta observancia nacional de salud de una semana al iniciar conversaciones con sus hijos cada día. Mientras que cualquier momento es bueno para hablar con ellos sobre los peligros del uso de sustancias, esta semana brinda una oportunidad de disipar los mitos y proveer datos para los jóvenes.

¿Se pregunta sobre qué hablar? Estas son algunas ideas. Según la Encuesta de Monitoreo del Futuro (MTF), la cual examina el uso de drogas y actitudes de estudiantes estadounidenses de 8°, 10° y 12° grados, cuando se les pregunta sobre el uso de sustancias en años pasados, estos son los cuatro principales:

#1 Alcohol #2 Marihuana/Hashish #3 Tabaco #4 Medicamentos recetados

Hay mucha atención actualmente enfocada en nuestra epidemia nacional de **medicamentos recetados** (y con razón). Según CDC, las muertes por sobredosis relacionadas con medicamentos recetados han alcanzado un máximo histórico en Estados Unidos.

Además, estamos hablando (mucho) sobre la **marihuana** y los cambios recientes en políticas y actitudes que la rodean. La Encuesta MTF muestra que el uso de la marihuana entre adolescentes ha sobrepasado ahora a fumar cigarrillos, y las actitudes de las personas jóvenes sobre la droga continúan debilitándose.

Pareciera que la mayoría de las personas (jóvenes y adultos) están conscientes de lo devastadores y peligrosos que son los cigarrillos y esto se debe, en parte, a todos esos anuncios contra el cigarrillo. De hecho, la Encuesta MTF reveló que el fumar entre adolescentes llegó a un nivel mínimo en la historia de la encuesta.

¿Pero qué pasa con el **alcohol**? ¿Por qué no escuchamos más sobre este en las noticias? ¿Por qué no vemos más comerciales de televisión sobre la destrucción y muerte que trae a tantas personas y sus familias? El alcohol ha sido y permanece siendo la droga #1 de opción entre jóvenes, sin embargo, pareciera estar fuera del enfoque principal.



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

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

La buena noticia: El uso de alcohol está tendiendo a disminuir entre los adolescentes, con cambios significativos en los últimos cinco años en casi todas las mediciones, según la encuesta MTF.

La mala noticia: El consumo de alcohol en menores de edad es aún inaceptable, con el 38% de estudiantes de 12° grado que reportan haber estado borrachos durante el año pasado, y el 17% de ellos dicen que toman alcohol sin control (consumir cinco o más bebidas seguidas, en un periodo corto de tiempo).

Investigaciones muestran que niños cuyos padres hablan con frecuencia con ellos sobre los peligros de las sustancias son 50% menos probables de probarlos en primer lugar. En observancia de la Semana Nacional de Datos de Drogas y Alcohol, y mientras usted continúa durante el nuevo año, lo alentamos a que hablar con sus hijos e hijas sobre los peligros de beber y usar otras sustancias sea una prioridad.

Para más información y recursos sobre alcohol y otras drogas, para información local del evento o para registrarse a una charla en la web en vivo, por favor visite el sitio web de la Semana Nacional de Datos de Drogas y Alcohol en <http://teens.drugabuse.gov/national-drug-facts-week>.

Fuentes: [National Institute on Drug Abuse \(NIDA\): National Drug & Alcohol Facts Week](#). [NIDA: Monitoring The Future \(MTF\) Survey. Overview of Findings 2015](#).