



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! Su estilo de crianza importa

La investigación ha identificado cuatro estilos de crianza básicos. Algunos de estos estilos están asociados a resultados más positivos, incluyendo un menor riesgo de consumo de alcohol y otras drogas.

¿Qué estilo de crianza utiliza con mayor frecuencia?

Autoritario (dictadura): Alto en disciplina y establecimiento de límites, bajo en amor y afecto. Si los hijos cuestionan alguna regla, estos padres probablemente dirán: “Porque lo dije yo, fin de la discusión”.

Democrático (democracia): Alto en el establecimiento de límites adecuados y disciplina positiva y alto en amor y muestras de afecto. Aunque estos padres siguen siendo quienes toman la decisión final, están abiertos al diálogo con sus hijos sobre la toma de decisiones y respetan la opinión de sus hijos.

Permisivo (indulgente): Alto en amor y afecto, bajo en disciplina y límites. Aunque estos hogares están llenos de amor, carecen de reglas claras y definidas; y cuando una de las pocas reglas establecidas se rompe, los hijos pueden negociar para evitar cualquier consecuencia.

Negligente (no involucrado): Bajo en disciplina y límites, y bajo en amor y afecto. Estos padres proveen alimento y techo a sus hijos, pero casi nada más. Son incapaces de cuidar y apoyar adecuadamente a sus hijos o simplemente están demasiado enfocados en su propia vida para preocuparse por los deseos y necesidades de sus hijos.

Al considerar su propio estilo de crianza, usted puede clasificarse sólidamente en una de estas cuatro categorías, o puede encontrar que su relación con sus hijos es una combinación de estilos. ¿Puede adivinar cuál estilo de crianza es mejor para impedir que los hijos consuman alcohol y otras drogas?

Si contestó **Democrático**, está en lo correcto. La razón es la siguiente: la crianza democrática se centra en la comunicación efectiva. Los padres establecen reglas y directrices y son claros en sus expectativas. Cuando se cuestionan las reglas, los padres democráticos están dispuestos a escuchar y a proporcionar una explicación de una manera tranquila y cariñosa. Si se rompe una regla, aplican las consecuencias, y lo hacen de una manera enriquecedora y caracterizada por el perdón. Estos padres tienen conversaciones abiertas y honestas acerca del alcohol y otras drogas, proporcionan los hechos y responden a las preguntas que sus hijos tienen sobre el tema. Estos hijos entienden por qué decir “no” y, a través del estilo de crianza de sus padres, han adquirido habilidades de toma de decisiones que pueden ser utilizados incluso en ausencia de sus padres.

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:



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

Por otro lado, se dice que la crianza autoritaria y negligente es ineficaz para la prevención del consumo de drogas. Los hijos de padres autoritarios constantemente buscan validación positiva por satisfacer las exigencias de sus padres, pero siempre se sienten insatisfechos. Estos jóvenes son más propensos a ceder a la presión negativa de sus padres con el fin de obtener la validación que buscan, y son menos propensos a saber cómo tomar una buena decisión cuando sus padres no están presentes para tomarla por ellos. Los hijos de padres negligentes no pueden contar con que su papá o su mamá hable con ellos sobre los peligros del consumo de sustancias. No cuentan con orientación para aprender sobre el alcohol y otras drogas y las consecuencias de su consumo.

Los resultados de la crianza permisiva aún no se conocen con certeza. Aunque algunos expertos dicen que la crianza indulgente genera el riesgo más alto de consumo de sustancias en los hijos, otros dicen que la fuerte relación padre-hijo que se desarrolla a través de este estilo de crianza puede ser igual de eficaz que la crianza democrática.

La crianza de los hijos no es fácil y no existe una fórmula perfecta que garantice el éxito de los hijos. Sin embargo, la mayoría de los expertos coinciden en que la mejor opción para los padres es la crianza democrática, ya que está consistentemente vinculada con resultados más positivos, incluyendo un menor riesgo de consumo de sustancias.

Para obtener más información acerca de la crianza democrática y de las ventajas que proporciona, visite [**About Health: What is Authoritative Parenting?**](#)

Fuentes: [About Health: What Is Authoritative Parenting? Dec. 2015.](#)
[About Parenting: 4 Types of Parenting Styles - Learn How Each Parenting Style Impacts Children. Jan. 2016.](#)
[Choose Help: Parenting Styles that Prevent Drug and Alcohol Experimentation. The Right Step: Four Families, Four Parenting Styles - Which Lead to Adolescent Drug Abuse? Aug. 2014.](#)