



¡KNOW! Acabando con los mitos sobre el abuso de medicamentos recetados por los adolescentes – Consejos para padres y madres

Cuando se trata de hablar con nuestros hijos sobre los peligros de las drogas, tendemos a enfocar la conversación en las drogas ilegales o “callejeras”. Si bien esos medicamentos son extremadamente peligrosos y deben ser parte de la conversación, no podemos omitir los altos riesgos que conllevan el uso indebido o abuso de medicamentos recetados. De hecho, según la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA), el abuso de medicamentos recetados es el problema de drogas de más rápido crecimiento en los Estados Unidos y está impactando profundamente las vidas de los adolescentes.

Los padres tienen una gran influencia sobre las decisiones que los hijos tomen. Por ejemplo, además de seguir los tres pasos que compartimos en la publicación anterior de [¡KNOW! Consejo de Padres, “Identifique, asegure y elimine: ¡para prevenir el abuso de medicamentos bajo receta en los adolescentes!”](#) se les anima a los padres a hablar con sus hijos acerca del uso de drogas y luego a mantener la conversación activa con sus hijos sobre este tema. Los expertos dicen que los padres que hablan con sus hijos acerca de los peligros de las drogas desde la niñez y lo hacen con frecuencia reducen el riesgo del consumo de drogas por hasta un 50 por ciento.

Desafortunadamente, solo el 22 por ciento de los adolescentes reportan haber tenido conversaciones específicas sobre el tema del abuso de medicamentos recetados con sus padres. Sabiendo eso, hay mucho que se puede hacer para enfocarse en la prevención simplemente iniciando estas conversaciones importantes.

No piense que estas conversaciones tienen que ser formales, sentados, frente a frente. Hable en el carro en camino a casa desde la escuela o aproveche la oportunidad de enseñanza cuando vea o escuche alguna información o propaganda de medicamentos recetados cuando estén juntos. **El momento perfecto para hablar es ahora.** Y cuando lo haga, asegúrese de compartir la información basada en hechos, la cual muchos adolescentes desconocen:

Hecho 1: Los medicamentos recetados pueden dañarnos cuando se usan indebidamente.

Hecho 2: Los medicamentos recetados pueden ser adictivos y tener diferentes efectos secundarios dañinos. Úselos solo cuando los necesite y según las indicaciones de un médico).

Hecho 3: Es peligroso, e inclusive ilegal, compartir su receta, no importa que lo haga por ayudar a alguien o con buenas intenciones. Los medicamentos recetados solo son seguros cuando se usan en la dosis correcta, por la persona a la que se les recetaron. Sus medicamentos pueden interactuar de manera dañina con los medicamentos de otra persona, resultando en una dosis excesiva para esa persona o causarle otros daños a su salud.

Cuando hable con su hijo sobre este tema, ayuda tener conocimiento de POR QUÉ los jóvenes abusan de los medicamentos recetados. Las razones más comunes reportados por los adolescentes incluyen:

- Para drogarse o automedicarse (dolor, la ansiedad, el insomnio)
- Para mejorar el rendimiento académico u otras competencias.
- Para bajar de peso
- Para ser osado o por curiosidad

Los medicamentos por receta que son más abusados se dividen en tres categorías: **opioides** (alivian el dolor), **depresores** (alivian la ansiedad y tratan el insomnio) y **estimulantes** (aumentan la atención y el estado de alerta).

Es típico que se abuse de la misma droga por diferentes razones. Por ejemplo, los niños son más propensos a abusar de los estimulantes para drogarse, mientras que las niñas tienen más probabilidades de abusar de los estimulantes para perder peso o mantenerse alerta.

Recuerde, cuando se usa según lo previsto, por la persona a la que se le recetó la medicina, los medicamentos recetados suelen ser seguros y eficaces. Sin embargo, cuando se usan incorrectamente o abusan de ellos, los medicamentos recetados pueden ser peligrosos e incluso mortales. Si sospecha o sabe que su hijo está abusando de medicamentos recetados, comuníquese con su médico de familia para obtener apoyo, orientación y los próximos pasos, o [visite findtreatment.gov](http://www.visitfindtreatment.gov) para encontrar un centro de tratamiento cerca de usted.

Además de asegurar los medicamentos en nuestros hogares y desechar adecuadamente los medicamentos no utilizados, no deseados y vencidos, podemos disminuir significativamente las probabilidades de que nuestros niños experimenten con estos medicamentos peligrosos simplemente

hablando con ellos regularmente y educándolos sobre los conceptos erróneos y los altos riesgos de la prescripción abuso de drogas.

Fuentes

[Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias \(SAMHSA\): Aumento del uso indebido y abuso de medicamentos recetados que afecta a los adolescentes. Julio de 2020.](#)

[Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias \(SAMHSA\): Hablar con sus hijos sobre el abuso de medicamentos recetados.](#)

[Agencia de Control de Drogas de los Estados Unidos.: Receta para desastres: cómo los adolescentes abusan de la medicina, tercera edición.](#)

Acerca de ¡Know! Consejos para Padres

Todos tenemos un papel en la prevención. Al leer y compartir este ¡Know! Consejo para padres de hoy: estás haciendo de su parte para prevenir el abuso de sustancias y crear un mundo más saludable para todos.

Ponemos a su alcance estos consejos para padres para empoderar a padres como usted. ¡Know! lo ayuda a promover la salud y el bienestar y protege a nuestros jóvenes de comportamientos no saludables, incluyendo el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas. Sin embargo, dependemos de las donaciones de personas como usted para brindar estos consejos. Si este consejo le resultó interesante o útil, [considere hacer una donación en **preventionactionalliance.org/donate**.](#)

¡Know! Los Consejos para padres son proporcionados por Prevention Action Alliance con el apoyo del Departamento de Salud Mental y Servicios de Adicciones de Ohio, el Departamento de Educación de Ohio y ¡Hable con sus hijos!

[Mas ¡Know! Consejos de Padres están disponibles en Español en los archivos de los artículos.](#)



**Department
of Education**



Prevention
Action Alliance

Prevention
Action Alliance