

Acompañar para proteger y educar:

**Orientaciones para prevenir el
consumo de drogas desde el entorno
familiar.**

Acompañar para proteger y educar:

Orientaciones para prevenir el
consumo de drogas desde el entorno
familiar.



La mayoría de las ideas que tenemos sobre el consumo de drogas están relacionadas con las creencias y las experiencias de vida.



¿Qué nos dice la ciencia sobre los factores que predicen el consumo de drogas?

No hay una sola causa para explicar el inicio del consumo de drogas



Existen distintas situaciones, características o condiciones que pueden predecir el consumo

- Consumo de drogas por parte amigos(as)
- Estar en ambientes en los que el consumo de alcohol en jóvenes es normalizado
- Contar con una baja percepción del riesgo frente a las drogas
- Violencia intrafamiliar
- Fracaso escolar
- Vivir en lugares con alta disponibilidad de drogas
- Antecedentes de consumo de drogas en la familia
- Falta de información sobre los efectos adversos de las drogas

Acompañar para proteger y educar:


Orientaciones para prevenir el
consumo de drogas desde el entorno
familiar.



¿Cuándo pueden aparecer más temprano las conductas de riesgo?

¿Cuándo pueden aparecer más temprano las conductas de riesgo?

- Consumo por parte de pares
- Uso normalizado de consumo de alcohol excesivo en jóvenes
- Baja percepción del riesgo
- La interacción de la persona con los riesgos y las sustancias
- Disponibilidad de drogas
- Economías delictivas asociadas a las drogas
- Falta de información respecto a la mezcla de drogas y los efectos físicos, mentales y a veces letales



A menor involucramiento familiar mayor consumo de drogas



Entre los estudiantes con **menor puntaje en involucramiento parental** la prevalencia en el **uso de cualquier droga llega a 31,4%** (31,1% en los hombres y 32,3% entre las mujeres)

Vs

Los estudiantes con **mayor involucramiento parental** presentan una prevalencia de **uso de cualquier droga de 3,5%** (4,3% entre los hombres y 3,1% en las mujeres)

** Estudio de consumo de drogas en población escolar (MJD – UNODC, 2016).*



Acompañar para proteger y educar:

Orientaciones para prevenir el
consumo de drogas desde el entorno
familiar.

¿Qué significa involucrarme en la vida de mis hijos(as)?

Adultos significativos

Influyen en la identidad infantil, en sus hábitos de vida, en sus formas de expresar sus afectos y relacionarse con los demás.





Puedo ser un adulto significativo si logro conectar con mi hijo e hija ejerciendo estas funciones:

- **Afectiva**
- **Protectora**
- **Educativa**

¿Cómo fortalecer la relación con los hijos e hijas desde la crianza amorosa?

Escuchándoles, prestándoles **atención** cuando te hablan, mirándoles a los ojos y haciéndoles preguntas


Sacando **tiempo para conversar** sobre cualquier tema, no sólo sobre su rendimiento académico

Observando sus gestos y lenguaje no verbal para reconocer sus sentimientos y estados de ánimo antes de hablarles

Acompañándoles a expresar lo que sienten, sin juicios, y **haciéndoles saber que cuentan contigo para resolver sus problemas**

Poniéndote en sus zapatos y **esforzándote por entender** lo que les sucede, les preocupa o les interesa, desde la **empatía**

Demostrándoles que **les aceptas incondicionalmente** sin importar que se equivoquen o acierten



¿Cómo fortalecer la relación con los hijos e hijas desde la crianza que **protege**?

Construyendo, **negociando y pactando acuerdos** frente a las normas de convivencia en la familia (horarios, salidas, dinero, etc.)

Distribuyendo responsabilidades frente a las labores del hogar conforme a la edad de los hijos

Supervisándoles y enseñándoles a regular el tiempo que invierten en redes sociales y en internet

Interesándote activamente por lo que hacen, por lo que les gusta, por los amigos que tienen y por sus preocupaciones actuales

Definiendo y **conversando** sobre las consecuencias que tendrá el incumplimiento de acuerdos

Expresándoles tu opinión sobre diversos temas, mostrándoles las ventajas y desventajas de distintas situaciones



UNODC

Oficina de las Naciones Unidas
contra la Droga y el Delito

¿Cómo fortalecer la relación con los hijos e hijas desde la crianza que **educa**?

Explorando cómo les va en el colegio y cuáles son sus planes

Asistiendo a las reuniones del colegio cuando te invitan y manteniendo **una relación cercana con profesores**

Apoyándote en alternativas externas al hogar para apoyarles académicamente y para fomentar el desarrollo de sus habilidades

Estimulándoles a establecerse metas y a aprender cosas nuevas con tu apoyo y acompañamiento

Compartiendo tiempo en actividades dentro y fuera de casa

Brindándoles apoyo para que resuelvan tareas y trabajos escolares



¿Qué habilidades desarrollan los hijos(as) cuando ejerces adecuadamente tus funciones parentales?

Habilidades para **tomar decisiones**

Habilidades para **planificar el futuro**

Respeto de los **compromisos y acuerdos**

Consciencia de **autocuidado**

Autoestima

Persistencia

Pensamiento crítico

Mejores **habilidades de comunicación (asertiva)**

Autonomía y responsabilidad por las propias decisiones y sus consecuencias

Regulación de emociones y capacidad para resolver conflictos

Empatía por los sentimientos de los demás

Confianza en la familia como fuente de apoyo



Prevención del consumo de sustancias psicoactivas y otros riesgos

Acompañar para proteger y educar:

**Orientaciones para prevenir el
consumo de drogas desde el entorno
familiar.**

Mirémonos al espejo

**Algunas preguntas que te puedes hacer para medir tus
funciones parentales**



Mirémonos al espejo

Función afectiva

- ¿Trato de manera cariñosa a mis hijos(as)?
- ¿El tiempo que les dedico es de calidad?
- ¿Me comunico de manera clara, amorosa y respetuosa con mis hijos(as)?

Función protectora

- Cuando mis hijos(as) están fuera de casa, ¿sé todo el tiempo en dónde y con quién están?
- ¿Sé qué ven mis hijos(as) cuando están conectados a internet?
- ¿Considero que en casa hay límites claros y son cumplidos por mis hijos(as)?

Función educativa

- ¿Considero que dedico tiempo suficiente para acompañar a mis hijos(as) en sus procesos de aprendizaje?
- ¿Busco actividades que les ayuden a mejorar sus habilidades para que aprendan de forma más fácil?
- ¿Estoy pendiente de sus tareas y de su rendimiento académico y actitudinal?

Siempre habrá riesgos asociados al consumo de drogas y hay que estar atentos...

Te invitamos a conocer algunas señales
de alerta según:

- El entorno relacional de los hijos e hijas
- El entorno comunitario
- El entorno familiar
- Los aspectos individuales





1. ¿Tus hijas e hijos tienen amigas, amigos o familiares que consumen bebidas alcohólicas?

No

Sí

No sé

☐☐☐

2. ¿Tus hijas e hijos tienen amigas, amigos o familiares que fuman cigarrillo o tabaco?

☐☐☐

3. ¿Tus hijas e hijos tienen amigas, amigos o familiares que consumen alguna sustancia psicoactiva ilegal como la marihuana, cocaína u otras?

☐☐☐

4. ¿Tus hijas e hijos tienen amigas, amigos o familiares que consideran el consumo de alguna sustancia (legal o ilegal) como algo inofensivo o normal?

☐☐☐

5. ¿Tus hijas e hijos tienen fácil acceso a las sustancias psicoactivas, ya sea porque cuestan poco o porque las venden sin ningún tipo de restricción?

☐☐☐

6. ¿Tus hijas e hijos pertenecen a grupos de amigos que están asociados a la delincuencia (hurto, vandalismo, entre otras)?

☐☐☐

7. ¿Tus hijas e hijos han mostrado una fuerte dificultad para establecer relaciones de amistad con otras personas de la misma edad?

☐☐☐

Acompañar para proteger y educar:

Orientaciones para prevenir el consumo de drogas desde el entorno familiar.

1. ¿Hay personas en el barrio que expendan o vendan sustancias psicoactivas?

☐ No ☐ Sí ☐ No sé

2. ¿Las personas cercanas le dicen a tus hijas e hijos que el consumo de sustancias (legal, como el alcohol o el cigarrillo, o ilegal, como la marihuana) no genera riesgos para la salud?

☐ No ☐ Sí ☐ No sé

3. ¿En tu barrio o comunidad se realizan campañas o actividades de prevención del consumo de sustancias psicoactivas?

☐ No ☐ Sí ☐ No sé

4. ¿En tu barrio hay lugares con escasa o nula vigilancia que faciliten las actividades delictivas?

☐ No ☐ Sí ☐ No sé

5. ¿En tu barrio hay ausencia de lugares de ocio y recreación como parques, canchas de baloncesto, fútbol u otros deportes?

☐ No ☐ Sí ☐ No sé

1. ¿Tú o alguna persona de la familia consume alguna sustancia psicoactiva legal como el licor o cigarrillo?

No

Sí

No sé

☐☐☐

2. ¿Tú o alguna persona de la familia consume alguna sustancia psicoactiva ilegal como marihuana, cocaína, entre otras

☐☐☐

3. ¿Tú o alguna persona de la familia considera que el consumo de sustancias psicoactivas (legales o ilegales) no genera riesgos para la salud?

☐☐☐

4. ¿Tú o tus hijas e hijos han sido o son víctimas de violencia intrafamiliar (incluyendo maltrato físico, psicológico, económico, entre otros)?

☐☐☐

5. ¿Tú o tu familia se involucran activamente en las actividades escolares de tus hijas e hijos?

☐☐☐

6. ¿Te cuesta poner límites al comportamiento de tus hijas e hijos o establecer normas y reglas en casa?

☐☐☐

7. ¿Tus hijas e hijos u otros familiares te han mencionado que impones normas y disciplina muy estrictas?

☐☐☐



1. ¿Existen antecedentes de consumo de sustancias psicoactivas en tu familia?

No

Sí

No sé

☐☐☐

2. ¿Tus hijas e hijos han sido víctimas de abuso o violencia en alguna de sus manifestaciones: física, psicológica o verbal o sexual en cualquier momento de su vida, especialmente en la infancia y adolescencia?

☐☐☐

3. ¿Tus hijas e hijos han sido diagnosticadas(os) con algún problema del comportamiento como: Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad o (TDAH) o algún trastorno del estado del ánimo como: depresión, ansiedad, alimenticios entre otros?

☐☐☐

4. ¿Tus hijas e hijos ven como algo “normal” o “bueno” el consumo de cualquier sustancia psicoactiva, ya sea legal como el alcohol o el cigarrillo o ilegal como la marihuana o cocaína?

☐☐☐

5. ¿Tus hijas e hijos presentan gran interés o deseo de buscar o exponerse a situaciones de riesgo?

☐☐☐

6. ¿Tus hijas e hijos presentan baja capacidad de controlar los impulsos, dificultades para tolerar la frustración y/o agresividad?

☐☐☐

7. ¿Tus hijas e hijos presentan tendencia a la tristeza continua o melancolía?

☐☐☐

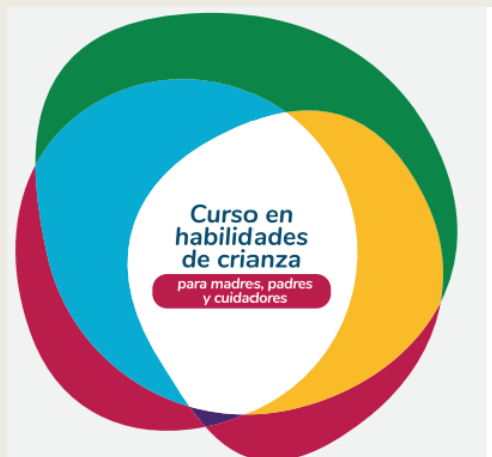
8. ¿Tus hijas e hijos presentan aislamiento o dificultades para socializar?

☐☐☐

Consejos prácticos

- Interésate en conocer en qué ocupan su tiempo tus hijos(as), qué actividades realizan y quiénes los acompañan
- Aunque no puedas cambiar las condiciones sociales del lugar donde vives, explícales a tus hijas(os) que cualquier tipo de consumo de drogas genera riesgos
- Conversa abiertamente con tus hijas(os) sobre las drogas, escucha sus opiniones y ofréceles información
- Recuerda que eres modelo y ejemplo a seguir, evita el consumo de drogas – legales e ilegales – y habla del tema con otros familiares significativos para tus hijas(os)
- Presta atención a los estados emocionales de tus hijas(os) para detectar dificultades o crisis que pueden requerir un mayor apoyo de tu parte
- Enséñales a tus hijas(os) a cuidar de sí mismos con prácticas, deportivas, culturales y artísticas

Programas y estrategias en prevención en el entorno familiar



Objetivo: Fortalecer los **saberes y las prácticas de padres, madres y cuidadores adultos** relacionados con la expresión de afecto, regulación de emociones, comunicación asertiva, monitoreo familiar, puesta de límites e interés activo en la vida de los hijos



Objetivo: Mejorar la **salud y el desarrollo de adolescentes entre 10 y 14** años de edad y prevenir conductas de riesgo, fomentando un entorno de protección y prevención de abuso de spa entre otros riesgos.

Programas y estrategias en prevención en el entorno familiar



CONSTRUYENDO
Familias

Objetivo: Programa basado en evidencia científica y estándares internacionales para **prevenir** la violencia y el consumo de drogas en **niños y niñas de 8 a 12 años** por medio del fortalecimiento de habilidades parentales que propician el bienestar, la armonía y la salud integral.

Programas y estrategias en prevención en el entorno escolar

Objetivo: Mejorar las **habilidades de crianza** mediante la capacitación en una caja de herramientas **para fortalecer el vínculo, el afecto y el monitoreo parental** en madres, padres y cuidadores adultos en el entorno escolar

➔ Adicionalmente busca mejorar **la capacidad de respuesta de los orientadores escolares para intervenir en la prevención de consumo de SPA.**

Se encuentra dirigido a docentes, orientadores escolares y directivos que actúan como mediadores para que familias de niños, niñas y adolescentes de educación pre escolar, básica y media sean los receptores finales de la caja de herramientas.



Algunas recomendaciones por entornos desde el nivel de prevención universal





Acompañar para proteger y educar:

**Orientaciones para prevenir el
consumo de drogas desde el entorno
familiar.**

Hablar de crianza es como hablar de una receta de cocina, aunque hay ingredientes que pueden variar según el gusto de quien la prepare, hay otros que no pueden faltar.

Amar, proteger y educar son esos ingredientes fundamentales en la crianza que, si están disponibles en la familia, potenciarán las habilidades de las hijas(os).