

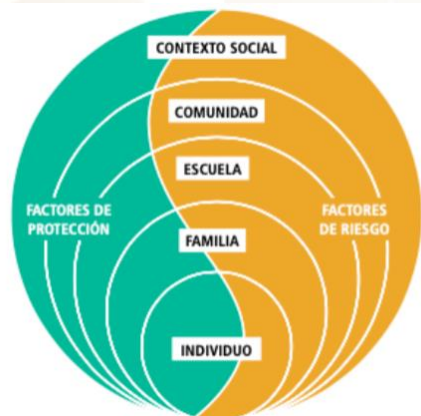
¿Como hablar a NNA del consumo de sustancias?

Dra. Carmen Torres Mata

Directora de área
CONASAMA



Factores de riesgo y protección



	Factores de riesgo	Factores de protección
INDIVIDUO	<ul style="list-style-type: none"> Factores genéticos Problemas de atención, salud mental y conducta Trastornos de conducta o comportamiento Problemas de conducta y delincuencia Problemas de salud mental (como búsqueda de sensaciones, ansiedad) Actitudes favorables ante el consumo de sustancias Percepción de que el consumo de sustancias es normal 	<ul style="list-style-type: none"> Conducta altruista (p.ej., de trato fácil) Capacidades de lectura y numéricas adecuadas a la edad (capacidades cognitivas) Competencias sociales y emocionales (por ejemplo, control de impulsos, identidad bien formada) Temperamento prudente
FAMILIA	<ul style="list-style-type: none"> Consumo de tabaco durante el embarazo Actitudes parentales favorables ante el consumo de sustancias Conflicto padre/madre-adolescente Consumo de sustancias por parte de padres o hermanos Problemas de salud mental de padres o hermanos Maltrato y negligencia parental Autoridad familiar deficiente Pobreza material Situación inestable en el hogar 	<ul style="list-style-type: none"> Apego a la familia Comunicación parental equilibrada, reglas y supervisión Armonía parental Crianza amorosa, sensible y comprensiva - apego y lazos fuertes Actividad espiritual
COMUNIDAD	<ul style="list-style-type: none"> Falta de contacto positivo con adultos Disponibilidad de sustancias Normas sociales permisivas y aceptabilidad del consumo de sustancias 	<ul style="list-style-type: none"> Personas adultas preocupadas fuera de la familia Participación en asuntos comunitarios
ESCUELA	<ul style="list-style-type: none"> Sin acceso a la educación Absentismo y fracaso escolar Ser acosador o acosado Fracaso escolar temprano Falta de compromiso con la escuela Rendimiento académico deficiente Compañeros/as que consumen sustancias 	<ul style="list-style-type: none"> Acceso y permanencia en la escuela Conclusión de la educación secundaria Expectativas de tener buenos resultados en la escuela Políticas que impiden la expulsión Promoción de vínculos entre profesores, padres y estudiantes
CONTEXTO SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> Tácticas intensivas, específicas y manipulativas de la industria en la comercialización de tabaco y alcohol a personas menores de edad y adolescentes. Acceso fácil a sustancias Vivir en una zona conflictiva, como personas desplazadas, en situación de agitación política o catástrofes naturales 	<ul style="list-style-type: none"> Leyes que prohíben o limitan la publicidad pública de consumo de alcohol y tabaco Leyes que prohíben a personas menores de edad consumir alcohol y tabaco Modelos adultos positivos

Pautas generales para hablar de drogas con NNA

La información sobre drogas debe ser **adecuada** a la edad

Infórmate. Es importante que la información que transmitas sea veraz. Tener unos conocimientos objetivos te van a hacer sentir seguro a la hora de dialogar.

Predica con el ejemplo. Uno de los principales factores de riesgo en la familia es el consumo por parte de los padres y madres. Tú eres el mejor modelo para tu hijo e hija y su mejor protección frente al consumo.

Da el paso y habla siempre que puedas, aprovecha las ocasiones que se te presenten (una noticia, un trabajo escolar, una conversación durante la comida, etc.) Una buena forma de iniciar la conversación es preguntándoles de modo abierto.

No se puede hablar de drogas en un solo día, hay que **dedicarle tiempo**.

Crea un **clima positivo que favorezca la comunicación** y donde se sientan cómodos para preguntar y expresar sus opiniones.

Pautas generales para hablar de drogas con NNA

Pregunta y escucha lo que te tiene que decir. Se aprende más escuchándolos, aunque no guste lo que digan. Si no se sienten escuchados no querrán hablar del tema.

Evita interrogarles y presionarles, esto solo hará que se encierren en sí mismos.

Dialoga con naturalidad, **sin dramatizar**, pero sin quitarle importancia al tema. Evita los discursos morales o la típica charla sobre drogas, ni vayas de experto como si lo supieras todo.

Otros factores clave

Enséñale a cuidar su cuerpo (practicar deporte, lavarse los dientes, dormir lo suficiente...)

Enséñale formas de **decir no** al consumo y a resistir la presión del grupo de iguales.

Dile que, si en algún momento se ve en una situación comprometida, puede llamarlo e irá a buscarlo.

Dialoga sobre las razones por las que no debe consumir drogas.

Muéstrale que hay mucha gente joven que no consumen y son la mayoría.

Si no tienes respuesta a su pregunta no inventes, dile que no lo sabes y que ambos podéis buscar la respuesta, así el proceso de aprendizaje será mejor.



- El consumo de drogas es para preocuparse, pero

no hablar de ello, actuar con miedo, exagerar el problema o minimizarlo **no ayudará**

Es mejor mantener la calma y actuar con prudencia ante la situación, por muy disgustado/a que estés.

Estrategias de apoyo y prevención

ESTÁN EN TODA LA REPÚBLICA
E INCLUYEN SERVICIOS GRATUITOS COMO:



Detección oportuna de problemas derivado del consumo de sustancias y/o problemas de salud mental



Tratamientos de acuerdo con el nivel de riesgo, severidad y deterioro de los trastornos detectados



Capacitación en temas de prevención y atención del consumo de sustancias y de problemas de salud mental



Pláticas y talleres en temas de prevención y atención del consumo de sustancias y problemas de salud mental



Orientación y sesiones psicoeducativas para familias



Referencia y/o derivación a otros centros de atención



Actividades comunitarias



**CENTRO COMUNITARIO
DE SALUD MENTAL
Y ADICCIONES**

Tenemos 338 en todo el país.

Línea de la Vida

Información, orientación,
intervención psicológica breve
telefónica y referencia.

24 hrs, 365 días

800 911 200



2023
AÑO DE
Francisco
VILLA
EL REVOLUCIONARIO DEL PUEBLO

Gracias

carmen.torres@salud.gob.mx