

# Adolescentes y excesos

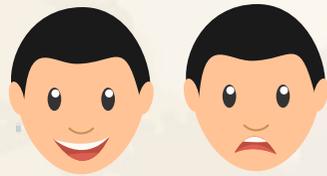
¿Cómo darse cuenta si un adolescente puede estar consumiendo drogas?

*Principales señales del uso de alcohol y del abuso de drogas ilegales:*



## **Físicas**

Fatiga, problemas al dormir, quejas continuas acerca de su salud, ojos enrojecidos y sin brillo, y una tos persistente.



## **Emocionales**

Cambios en la personalidad, cambios rápidos de humor, irritabilidad, comportamiento irresponsable, baja autoestima, carencia de juicio, depresión, retraimiento y una falta general de interés.



## **Familiares:**

Desobedecer las reglas, retraerse o dejar de comunicarse con la familia, revelarse, alejarse.



## **Escolares:**

Interés decreciente, actitud negativa, calificaciones bajas, ausencias frecuentes, faltas al deber y problemas de disciplina.

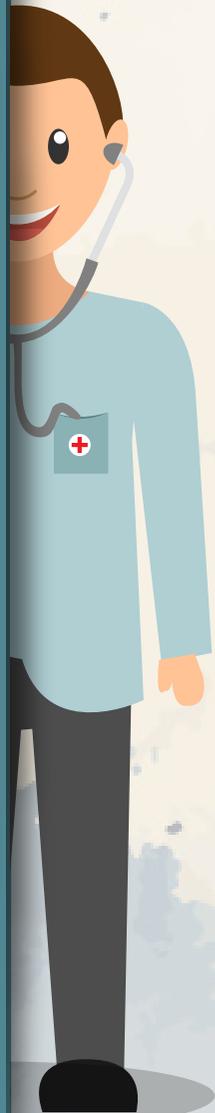


## **Problemas Sociales:**

Amigos o pares consumidores de drogas ilegales y alcohol, problemas con la ley y cambio dramático en la apariencia y/o vestimenta.

**Algunas de estas señales de aviso pueden también ser indicativas de otros problemas emocionales.**

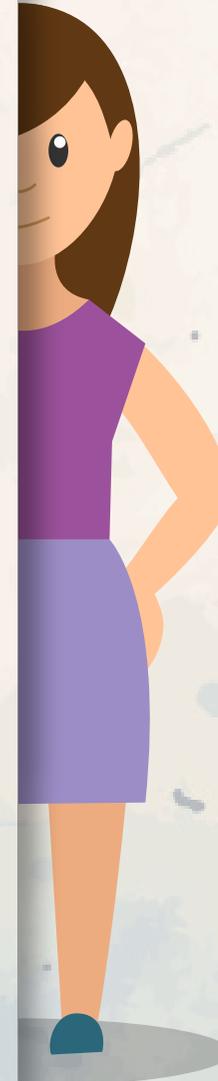
## ¿Qué hacer ante estas señales de alerta?



**El primer paso** cuando los padres se alerten sobre algunos de estos síntomas, es **consultar con el médico** de cabecera del adolescente o de la familia.



Si se sospecha el **uso/abuso de drogas o alcohol**, se puede hacer una evaluación comprensiva llevada a cabo por **un psiquiatra de niños y adolescentes** o algún profesional de la salud mental capacitado.



**Los padres** pueden ayudar a su hijo brindándole información y educación a temprana edad sobre los perjuicios y consecuencias del uso de drogas ilegales y alcohol:

- ★ Comunicación fluida.
- ★ Confianza para compartir situaciones que lo aquejen.
- ★ Ser ejemplo positivo.
- ★ Reconocer y tratar los problemas desde el comienzo.

# PREVENCIÓN

Las acciones de prevención respecto del abuso y exceso de drogas en adolescentes deberían abarcar distintos niveles:

## ★ *Prevención inespecífica*

No existe un tratamiento específico del tema "drogas", sino que se pretende reforzar valores, fomentar la autonomía del sujeto, mejorar sus relaciones familiares y sociales y promover alternativas saludables respecto del tiempo libre.

## ★ *Prevención primaria*

En este aspecto se trata de **brindar mayor educación sobre el tema puntual de las drogas**, donde el eje está puesto en **desalentar el abuso de estas sustancias** a través de información clara y confiable respecto de los riesgos que implica el consumo.

## ★ *Prevención secundaria*

Se apunta a **evitar los daños que puede producir el consumo excesivo de drogas** y a minimizar los riesgos por medio de mensajes claros acerca de en qué condiciones resulta más peligroso consumir drogas o qué hacer frente a una situación de intoxicación.

