# Hablar de drogas con los hijos adolescentes

Preguntas más frequentes de los padres sobre el consumo de drogas de su hijo adolescente.

¿Podemos transmitir en la familia pautas que faciliten el inicio en el consumo de drogas?

Existen consumos de determinadas sustancias que por su carácter legal están muy extendidos en nuestra sociedad, siendo muy comunes, también, encontrarlos en el entorno familiar.

Nos referimos a los consumos de tabaco, alcohol y psicofármacos. Consumos que precisamente porque socialmente tienen una aceptación y un reconocimiento diferente al de otras sustancias, su consumo es también admitido en el ámbito familiar de forma habitual, incluso delante de los hijos.

La familia, por su carácter educativo antes reconocido, tiene una responsabilidad en estos temas, y los padres deben tomar conciencia de que con estos comportamientos posibilitan un modelo de imitación y un aprendizaje en las pautas de inicio en el consumo de drogas.

No estamos diciendo que haya que eliminar completamente el consumo de drogas legales en la familia, ya que estamos sujetos a patrones de uso ya establecidos. Se trata, más bien, de analizar estas situaciones y ejercer algún control sobre ellas (oferta de sustancias a los pequeños, consumos abusivos de drogas legales, frecuencia y cantidad de uso de alcohol en las celebraciones familiares…).

¿Es conveniente hablar con nuestros hijos sobre las drogas?

La información es una estrategia fundamental en la prevención del consumo de drogas. Es importante hablar con los hijos. El diálogo y la comunicación son elementos básicos de una buena actuación preventiva en la familia y el campo de las drogas no va a ser distinto. Si en el entorno familiar se acostumbra a hablar y a dialogar, si la comunicación forma parte del estilo de vida familiar, no será difícil incorporar en él el tema de las drogas.

Sin embargo, si por el contrario, el diálogo no tiene un peso importante en la vida familiar, los intentos por parte de los padres de abordar el tema de las drogas tendrán peor acogida, convirtiéndose, en ocasiones, en meros interrogatorios. Es necesario para poder hablar sobre drogas, crear previamente un clima familiar que facilite la comunicación y el diálogo y que invite a consultar dudas y exponer experiencias sobre éste y otros temas.

¿Cómo hablamos de drogas si no tenemos información?

La primera tarea de los padres será estar informados sobre las drogas y sus consumos, sin que esto signifique que deban ser especialistas en la materia.

Pero la información debe cumplir unas exigencias para asegurar que tenga un carácter preventivo: debe ser OBJETIVA, VERAZ y REALISTA. Al hablar sobre sustancias no se deben dramatizar los efectos de las mismas. El “recurso al miedo” no solo no es eficaz, sino que en ocasiones resulta contrapreventivo. Tampoco es conveniente banalizar los consumos o ciertas formas de los mismos.

En ocasiones nuestros hijos tendrán más información que nosotros sobre determinados aspectos referidos a estos temas. Ellos esperan un interlocutor válido, informado, que represente una cierta autoridad en el tema, no solo por ser su padre o madre, también por el nivel de conocimiento que posea sobre la materia. Si se ofrecen mensajes o datos no contrastados, basados únicamente en opiniones, se perderá la capacidad de representar credibilidad ante ellos. Si damos una opinión debemos exponerla como tal, no como un dato contrastado.

Para todo ello no es necesario que los padres se conviertan en expertos, cuentan con la ayuda de profesionales que prestan su apoyo y asesoramiento.

¿Es diferente la información que se utiliza en función de la edad de nuestros hijos?

Si, debe estar adaptada a la edad, la capacidad de comprensión, la experiencia previa y las expectativas de los hijos. No se puede hablar de la misma forma ante cualquier interlocutor. Es importante tener una información previa del nivel de experiencia que se tiene y adaptar nuestros mensajes a éste. Como norma general, cuando hablemos con los más pequeños lo haremos sobre drogas legales, pudiendo abordar con los mayores el tema de las ilegales.
¿En qué momento hablar sobre drogas?
No sólo hay que hablar ante la demanda explícita por parte de los hijos, hay momentos (programa de TV., situación de consumo en la calle…) que pueden propiciar nuestra intervención. Pero es muy importante responder siempre ante estas demandas. Los padres deben convertirse en un referente de primer orden en la obtención de información sobre drogas para contrarrestar otras fuentes de información en ocasiones no adecuadas. Para ello deben mostrar su total disponibilidad para atender cualquier pregunta o cuestión y no rechazarlas incluso en situaciones comprometidas.

Pero tampoco es necesario lanzar mensajes de forma continuada e indiscriminada con el propósito de que tengan mayor efectividad. Los mensajes repetitivos, utilizados de esta forma, terminarán por no captar la atención de los destinatarios, perdiendo así su eficacia.

El momento elegido para hablar con los hijos sobre drogas, así como sobre otros temas, es una variable importante que no se debe descuidar. Hay que buscar momentos idóneos, en los que se establezca un lugar adecuado (sin ruidos ni interrupciones), un clima en el que no haya tensiones y donde se piense que el destinatario va a estar receptivo. Los momentos en los que se dan situaciones de consumo de drogas (por ejemplo cuando el hijo llega a casa bajo los efectos del consumo de alcohol u otra sustancia) no es un momento adecuado ya que su capacidad de análisis y valoración está alterada. Es más oportuno esperar a otro momento para comentar esta situación.

{mos_ri}