

# El abuso de drogas y los adolescentes

Lo que los padres necesitan saber

Por  
Kimberly F.

Traducido por  
Oswald Pérez Martell y Moira Rauch



Los Ministerios de Recuperación de la Iglesia Episcopal, S.A.

---

Llamada Gratis 866-306-1542

[info@episcopalrecovery.org](mailto:info@episcopalrecovery.org)

[www.episcopalrecovery.org](http://www.episcopalrecovery.org)

---

*Este folleto fue escrito en honor a mis padres, Kay y John, quiénes supieron apoyarme y amarme durante toda mi adolescencia en la que estuve activamente adicta a las drogas.*

Vivimos en una sociedad que está llena de mensajes que promueven el placer inmediato y el alivio a través de sustancias químicas (que incluyen el alcohol y los medicamentos de venta con receta), así que no es ninguna sorpresa que los adolescentes están empezando a abusar de las drogas y el alcohol en edades muy jóvenes. Generalmente las primeras sustancias de las que los adolescentes abusan incluyen el tabaco, vapores inhalados, el alcohol y la marihuana. Debido a que usar estas sustancias puede abrir el camino a la cultura de la adicción y el consumo de otras drogas, a éstas se les refiere a menudo como "El Portal a las Drogas."

Aunque no altera intensamente el ánimo, la nicotina en el tabaco es muy adictiva y puede señalar el comienzo del comportamiento destructivo en los adolescentes. El abuso de sustancias inhaladas (inhalar los vapores venenosos de productos caseros para conseguir un "high") es más habitual en los adolescentes más jóvenes (los grados 6-8) que en los adolescentes mayores y puede ser mortal incluso la primera vez que es usado. Consumir alcohol, una droga depresiva, es desestimada a menudo como un rito de crecimiento, pero los estudios muestran que su uso puede afectar adversamente al adolescente todavía en vías de desarrollo. Hoy la marihuana es considerada por muchos adolescentes no ser una droga debido a la incidencia de su uso y los mitos alrededor de ella. Incluso los adultos a veces piensan de la marihuana como inofensiva debido a su experiencia con ella en su juventud. Sin embargo, la marihuana es ahora 20 a 30 veces más fuerte que en las décadas del 1960 y el 1970 convirtiéndose en una droga con un impacto más potente sobre el cerebro.

Las tendencias en el consumo de drogas están cambiando siempre. Como padres es importante mantenerse informados porque los adolescentes están a menudo mal informados y necesitan saber los hechos sobre las drogas cuando empiezan a tomar decisiones que pueden afectarlos por el resto de sus vidas.

### **Cómo hablar a sus adolescentes sobre las drogas**

- Cultive una relación con su adolescente manteniendo siempre la comunicación abierta.
- Hable sobre los límites y las reglas que la familia establece con respecto al alcohol y las drogas que incluyen un mensaje claro de "No usar."
- Hable sobre qué serán las consecuencias si las reglas no son seguidas para que sus expectativas sean claras en todo momento con su adolescente
- Trate de escuchar lo más posible mientras usted habla con su adolescente.
- Sea un modelo positivo en cuanto al uso de químicos esté relacionado. El ejemplo, más que las palabras, crean mayor impacto en los adolescentes.

### **Señales de advertencia de la drogadicción**

- Le bajan las notas (o el promedio) en la escuela
- Hay mucha tensión en las relaciones de familia
- Se ven cambios en el grupo usual de amistades
- Empiezan a surgir los problemas legales

- Se comienzan a experimentar problemas financieros
- El adolescente tiene siempre mala higiene
- Se observa comportamiento relacionado con las drogas o el alcohol

### **Buscando ayuda**

Si usted piensa que su adolescente está usando drogas, es recomendable que sea evaluado por un consejero especializado en el abuso de drogas. Estos están entrenados para determinar el nivel de intervención requerido. Un consejero también puede ayudarle a conseguir servicios de tratamiento disponibles para el joven adicto.

Sobre las pruebas de drogas (antidoping): Mantenga presente, que un Examen de Detección de Drogas en la Orina (en inglés UDS) es una herramienta para su conocimiento y no una solución. Si usted quiere hacer una prueba para comprobar la presencia de drogas, tenga previsto un plan de acción para cuando reciba los resultados. Las pruebas antidoping le informará qué y cuantas drogas el adolescente consume, pero no hará que deje de usar las drogas.

### **Del uso a la adicción**

Es difícil saber si un adolescente sólo está "experimentando" con drogas o si en verdad está adicto. El uso de sustancias químicas (incluyendo el alcohol) no es un rito de transición necesario en las personas jóvenes para alcanzar la adultez. Es peligroso para su desarrollo permanente. Varios factores colaboran en las posibilidades de que un adolescente desarrolle la adicción a las drogas:

**La historia familiar** – se ha comprobado que la enfermedad de la adicción o la "dependencia de químicos" tienen un componente hereditario. Si hay una historia de adicción en la familia de un adolescente las posibilidades son mayores de que éste se vuelva adicto si usa drogas. Esto es cierto no importa qué droga (incluyendo el alcohol) utilice. La adicción también puede saltar a varias generaciones dentro de la misma familia.

**El comenzar a usar drogas a temprana edad** – mientras más joven es la persona al comenzar a usar el alcohol y otras drogas, mayores son las probabilidades de volverse un adicto.

Al igual que en los adultos con adicción a las drogas, los adolescentes están a menudo en negación de que poseen un problema. Cuando un adolescente es adicto, conseguir un "high" se vuelve lo más importante en su vida. Generalmente piensa, que la droga no es ningún problema y que las personas que se preocupan por él están dramatizando los hechos. A menudo los adolescentes dirán, "Puedo dejarlo en cualquier momento en que quiera hacerlo - sólo no quiero hacerlo" Se ponen cada vez más deshonestos y manipuladores para cubrir su consumo de drogas.

Las reacciones normales a una situación anormal:

Es normal que los padres inicialmente nieguen o minimicen que su adolescente tiene un problema con las drogas. Los padres pueden comenzar a preguntarse si están locos. Empiezan a dudar de su propia percepción. Se sienten indefensos y fuera de control. Los padres quieren desesperadamente proteger a su adolescente de autodestruirse. Frecuentemente, tratan de controlar en varias formas el comportamiento del consumidor de drogas.

La balanza familiar de poder en la familia se vuelve al revés. La relación de matrimonio entre los padres puede ponerse tensa. A veces los padres no pueden ponerse de acuerdo sobre cómo manejar el creciente número de conflictos que acompañan a la adicción. A menudo los padres describen que empiezan a sentirse como presos en su propia casa. La tensión de la adicción a las drogas afecta a todos en la familia.

### **Cómo los padres se sienten**

Avergonzados

Preocupados

Asustados

Con un sentido de urgencia

Culpables

Enfadados

Frustrados

Indefensos

Tristes

Con un sentido de fracaso como padres

### **Qué hacer cuando un adolescente está usando drogas**

- Como padre es importante saber actuar adecuadamente en vez de reaccionar en contra de un adolescente que está usando drogas.
- Aprenda todo lo que pueda acerca de la adicción a las drogas.
- Aprenda sobre cómo no ser “permissivo” (se refiere a dejar inconscientemente que un adolescente continúe usando drogas sin enfrentarse a las consecuencias de su conducta).
- Busque apoyo - la crianza de los hijos es una labor bastante difícil sin involucrar además a las sustancias químicas. La adicción a drogas en medio de las dinámicas familiares del adolescente resulta ser una pesadilla. Algo que ocurre con frecuencia cuando se tiene a un hijo usando drogas es que los padres empiezan a desarrollar rasgos de co-dependencia. Esto incluye la necesidad de controlar al usuario y una obsesión por resolver el problema. Algunos grupos de apoyo asequibles para los padres incluyen a Alcohólicos-Anónimos ([www.al-anon/alateen.org](http://www.al-anon/alateen.org)), Narcóticos Anónimos ([www.nar-anon.org](http://www.nar-anon.org)) y Co-dependientes Anónimos ([www.codependents.org](http://www.codependents.org)). A menudo estos grupos también poseen centros de información telefónicos listados en su guía telefónica (con personas que hablan español). Los grupos de apoyo ayudan a los padres y a la familia a recuperarse del daño causado por la adicción.
- Luchen y sosténgase como una unidad familiar. Es importante tener a ambos padres o encargados unidos en un solo esfuerzo cuando se está tratando con un usuario de drogas. En casos donde ha habido un divorcio o hay un solo padre presente, se necesita hallar cooperación entre todos los que conllevan responsabilidad de crianza sobre el adolescente.
- Ponga límites claros con su adolescente.
- Libérese de la necesidad de controlar - es una reacción normal tratar de controlar algo que está fuera de control - sin embargo, es imposible controlar el uso de drogas o alcohol en otra persona.

## Recursos

**Nacional Institute on Drug Abuse [NIDA]** (Instituto Nacional sobre el Abuso de las Drogas)

<http://www.nida.nih.gov/>

NIDA es una fuente confiable de información sobre las tendencias en curso de las drogas.

**Parents. The Anti Drug** (Padres. La Antidroga)

<http://www.theantidrug.com/>

**Partnership for a Drug Free America** (Sociedad para una América Libre de Drogas)

<http://www.drugfree.org/Parent/>

*Choices & Consequences; What to Do When a Teenager Uses Alcohol/Drugs.* (Decisiones & sus consecuencias; Qué hacer cuando un adolescente usa alcohol o drogas) Por Dick Schaefer; Johnson Institute, 1987.

*Teens Under the Influence; The Truth About Kids, Alcohol, and Other Drugs – How to Recognize the Problem and What to Do About It* (Adolescentes bajo los efectos: La verdad sobre los jóvenes, el alcohol, y otras drogas - Cómo reconocer el problema y qué hacer sobre eso); por Katherine Ketcham y Nicholas A Pace, MD.; Random House Publishing Group, 2003.

*Marijuana; What's a Parent to Believe?* (Marihuana; ¿En qué pueden creer los padres?), por Timmen L. Cermack, MD.; Hazelden 2003.

© 2008 Ministerios de Recuperación de la Iglesia Episcopal, S.A.

Todos los derechos son reservados. Reproducir esta publicación sin autorización es una violación de los derechos de autor de los Estados Unidos de América. Favor de solicitar permiso antes de reproducir o utilizar este material en cualquier manera.