

# Cómo HABLAR CON SUS HIJOS SOBRE LAS DROGAS

## Mi hijo me miente y quiero hacerle una prueba de consumo de drogas. ¿Es esta una buena idea?

Hay muchos motivos por los que no es una buena idea hacerle una prueba de consumo de drogas a su hijo en casa.

Existen muchos tipos diferentes de pruebas de detección de drogas en orina (Urine Drug Screen, UDS). El paquete de prueba rápida que se pide en línea puede dar lugar a resultados inexactos o engañosos:

- Estas pruebas generalmente solo detectan unas pocas drogas dentro de cada clase de drogas (amfetaminas, benzodiazepinas, cocaína, marihuana, opioides, etc.). Eso significa que hay muchos otros tipos de drogas que no se detectan en las pruebas.
- Las recetas y los medicamentos de venta libre pueden dar un resultado "falso positivo" de la prueba de detección de drogas en orina.

Los resultados de la prueba de detección de drogas en orina dependen de muchos factores, incluyendo el tiempo transcurrido desde el último consumo de drogas, los tiempos en que se elimina la droga y la concentración de la orina.

No se recomiendan las pruebas de detección de drogas en casa con el pelo, la saliva o el sudor del niño. Estas pruebas no son fáciles de hacer y a menudo son inexactas.

Aunque le pregunte al proveedor de atención médica sobre la prueba de detección de drogas en orina, estas pruebas no siempre son precisas.



## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN VISITE:

[childrensmercy.org/pharmacy](http://childrensmercy.org/pharmacy)

[drugfree.org](http://drugfree.org)

[fda.gov/samhsa.gov](http://fda.gov/samhsa.gov)

[safeguardmymeds.org](http://safeguardmymeds.org)

## No tiro mis medicamentos porque puedo necesitarlos más adelante. Pero últimamente me di cuenta de que faltan algunos de ellos. ¿Debo preocuparme de que mis hijos tomen mis medicamentos? ¿Qué puedo hacer al respecto?

Sí, debe preocuparse. Los estudios han mostrado que los adolescentes habitualmente toman medicamentos recetados a familiares o amigos.

Sacar medicamentos de los armarios de medicamentos también podría ser una señal de que están considerando suicidarse.

Es importante almacenar y desechar los medicamentos correctamente. Children's Mercy ofrece recursos para almacenar y desechar medicamentos en: [childrensmercy.org/Patients\\_and\\_Families/Your\\_Childs\\_Visit/Pharmacy/Medication\\_Safety](http://childrensmercy.org/Patients_and_Families/Your_Childs_Visit/Pharmacy/Medication_Safety)



## **Encontré marihuana en el cuarto de mi hija. Cuando le hablé sobre esto, me dijo que no era nada del otro mundo porque “todos lo hacen”. Busqué información en línea, pero hay diferentes respuestas a mis preguntas. ¿Es adictiva la marihuana? ¿Qué daño le puede causar al adolescente que la consume?**

Según una encuesta hecha en 2022 en todo el país, el 30 % de los estudiantes de 12o grado reportaron haber consumido marihuana durante el último año y el 6.3 % reportó haber consumido cannabis a diario en los últimos 30 días.

Además, el 20 % de los estudiantes de High School reportaron haber vapeado cannabis. Ahora el consumo de marihuana en adolescentes es más habitual que el consumo de alcohol.

**Hable sinceramente con su hijo adolescente sobre los posibles efectos negativos del consumo de marihuana en su salud y su vida. Algunos de estos efectos incluyen:**

- Consumir marihuana cuando el cerebro de los adolescentes aún está en desarrollo puede afectar el desarrollo normal del cerebro, dando lugar a trastornos cognitivos y a un coeficiente intelectual (Intelligence Quotient, IQ) más bajo.
- La marihuana cambia el sistema de recompensa del cerebro y puede aumentar la probabilidad de consumir otras drogas de abuso.
- El uso de marihuana en la adolescencia puede dar lugar a que disminuya la motivación por la escuela, el deporte y las actividades después de la escuela. También puede aumentar el riesgo de que dejen la escuela.
- Algunos consumidores de marihuana desarrollan antojos y síndrome de abstinencia que están relacionados con un trastorno por consumo de sustancias. Aproximadamente el 9 % de los consumidores de marihuana adultos cumplen este criterio. Esta cifra aumenta al 17 % para aquellos que comenzaron a consumir marihuana en la adolescencia.
- Los consumidores de marihuana pueden volverse psicológicamente dependientes de la droga. Los consumidores pueden llegar a creer que necesitan la marihuana para divertirse, relajarse, manejar la ansiedad, etc.
- Los consumidores de marihuana pueden tener problemas en la adultez, incluyendo más faltas al trabajo, accidentes y lesiones que los que no la consumen.

## **Mi hija sale con un nuevo grupo de amigos y empezó a actuar de manera diferente. Creo que puede estar consumiendo drogas. ¿Cómo puedo saberlo?**

Puede parecer que los adolescentes no prestan atención a lo que les decimos sobre las drogas. Sin embargo, los padres desempeñan una función importante y poderosa en moldear la actitud y comportamiento de sus hijos adolescente hacia las drogas.

**Los padres son más importantes para los adolescentes de lo que creemos.**

**Usted puede tener un efecto en el potencial consumo de drogas de su hijo adolescente cuando:**

1. Establece expectativas claras sobre el consumo de alcohol u otras drogas.
2. Es coherente con las consecuencias cuando estas expectativas no se cumplen.

**Es importante que empiece a hablar con su hijo adolescente, y continúe haciéndolo, sobre el consumo de drogas y pedir y respetar su opinión.**

- Aclare sus expectativas y consecuencias.
- Ayude a su hijo a aprender sobre el consumo de sustancias.
- Establezca límites claros, incluyendo conducir cuando consuma alcohol o drogas o viajar con un conductor que esté bajo los efectos del alcohol.

Trate de ser comprensivo, participativo y cariñoso. Monitoree las actividades de su hijo adolescente mientras apoya su independencia al establecer límites.

Los adolescentes tienen más riesgo de consumir drogas en épocas de transición, como al mudarse, empezar High School, obtener una licencia de conductor, conseguir un trabajo a tiempo parcial o el divorcio de los padres. Durante estas épocas los adolescentes tienen más responsabilidad, libertad, presión social, nuevos compañeros y oportunidades. Esto tiende a causarles estrés y puede aumentar el riesgo de consumo de drogas o alcohol.



Para obtener más información, visite: [cmkc.link/smart-about-drugs](https://cmkc.link/smart-about-drugs) o escanee el código QR.

**BUILT FOR KIDS<sup>SM</sup>**

[childrensmercy.org](https://childrensmercy.org)

Derechos de autor © 2024 The Children's Mercy Hospital. Todos los derechos reservados. 9/24