

# Cómo conversar con sus hijos sobre el consumo de drogas



## Mi hija comenzó a pasar tiempo con un grupo diferente de amigos y comenzó a actuar diferente. Creo que es posible que esté consumiendo drogas. ¿Cómo puedo saberlo?

Debe hablar con su hija. Sea abierto, directo y respetuoso. Podría sentir que nuestros hijos adolescentes prestan poca atención a lo que les decimos sobre las drogas. Sin embargo, las investigaciones demuestran que los padres siguen desempeñando un papel importante y poderoso para formar la actitud de un joven respecto de las drogas.

A los adolescentes les importan los padres más de lo que pensamos.

Hay dos maneras principales en que los padres pueden afectar el posible consumo de drogas de sus hijos:

1. Fijar expectativas claras y continuas sobre el consumo de alcohol y otras drogas.
2. Usar consecuencias constantes cuando no se cumplen estas expectativas.

**Es importante comenzar a hablar y seguir hablando sobre el consumo de drogas con su hijo adolescente. Pida y respete las ideas de su hijo adolescente.**

- Clarifique sus expectativas y las consecuencias.
- Ayude a su hijo a aprender sobre el consumo de sustancias.
- Fije límites claros, que incluyan conducir mientras se consume drogas o alcohol o transportarse con un conductor afectado.

Procure ser comprensivo, afectuoso y estar comprometido. Supervise las actividades de su hijo adolescente. Apoye su independencia cuando fije límites.

Los adolescentes están en mayor riesgo de consumo de drogas durante los períodos de transición como mudanzas, comienzo de la escuela secundaria, obtención de una licencia de conducir, obtención de un trabajo a medio tiempo o el divorcio de sus padres. Estas ocasiones son períodos de mayor responsabilidad, libertad, presión social y nuevos compañeros y oportunidades. Estos tienden a aumentar el nivel de estrés del adolescente. Puede posibilitar el consumo de alcohol u otras drogas.

## No desecho ningún medicamento porque podría necesitarlo más adelante. Pero, hace poco, noté que faltan algunos de ellos. ¿Debería estar preocupado porque mi hijo podría estar robando mis medicamentos? ¿Qué puedo hacer al respecto

Sí, debería estar preocupado sobre los niños y adolescentes que le roben medicamentos a usted o a otros familiares. Algunos estudios han demostrado que los adolescentes comúnmente toman medicamentos con receta médica que roban a sus familiares. Si su hijo adolescente está robando medicamentos, también podría estar en riesgo de suicidio.

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



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

- No es una buena idea hacerle un examen de drogas a su hijo en casa.
- Hay muchos tipos diferentes de análisis de orina por drogas (UDS, urine drug screens). Si consigue un kit de análisis de orina casero en un sitio web, los resultados podrían estar equivocados:
  - » Estos análisis rápidos típicamente solo detectan algunas drogas dentro de cada clase de droga (anfetaminas, benzodiacepinas, cocaína, marihuana, opioides, etc.). Esto significa que hay muchas otras drogas que no dan resultados “positivos”.
  - » Los medicamentos de venta con receta médica y de venta libre pueden dar un resultado falso “positivo” en un UDS.
- Los resultados del UDS dependen de muchos factores que incluyen: tiempo desde el último consumo de drogas, tiempos de eliminación de drogas y concentración en la orina.
- Tampoco es una buena idea hacer análisis de drogas caseros que usen el pelo, saliva o sudor de su hijo. Estos a menudo son erróneos y no son fáciles de realizar.
- Si le pregunta a su proveedor de atención de salud sobre hacerle un UDS a su hijo, debe tener en cuenta que estos análisis pueden no ser siempre exactos.

## Encontré una bolsa de marihuana en la habitación de mi hija. Cuando lo conversé con ella, ella me dijo que no era un gran problema porque “todos lo hacían”. Busqué información en línea, pero hay diferentes respuestas a mis preguntas. ¿Es adictiva la marihuana?

En una encuesta nacional de 2017 se descubrió que 25 % de los estudiantes de segundo año de escuela secundaria y 37 % de los estudiantes del último año de escuela secundaria informó haber consumido marihuana dentro del último año. El consumo de marihuana en adolescentes es ahora más común que el consumo de alcohol.

**El consumo de marihuana puede tener efectos negativos sobre la salud y la vida. Hable sobre ellos de manera abierta con su hijo adolescente. Algunos de estos incluyen:**

- Los cerebros de los adolescentes aún están en desarrollo. Consumir marihuana a esta edad puede cambiar la estructura de las neuronas del cerebro. Esto significa que la marihuana cambia el desarrollo normal del cerebro. Puede causar deterioro cognitivo y un menor coeficiente intelectual (IQ).
- El consumo de marihuana puede aumentar la probabilidad de consumir otras drogas de las que se puede abusar. Cambia el mecanismo de recompensa del cerebro.
- El consumo de marihuana en adolescentes también puede causar una disminución en la motivación para ir a la escuela, hacer deporte y actividades extracurriculares. También puede aumentar el riesgo de abandono escolar.
- Algunos consumidores de marihuana desarrollan antojos y síntomas de abstinencia que están relacionados con un trastorno de consumo de sustancias. Alrededor de 9 % de los consumidores adultos de marihuana cumplen estos criterios. Esto aumenta a 17 % para aquellos que comenzaron a consumir marihuana durante la adolescencia.
- Los consumidores de marihuana pueden volverse psicológicamente dependientes de la marihuana. Con el tiempo pueden llegar a creer que necesitan marihuana para divertirse, relajarse, controlar la ansiedad, etc.
- Los consumidores de marihuana pueden presentar problemas durante la adultez. Ellos informan más ausencia laboral, accidentes y lesiones que aquellos que no consumen marihuana.

## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN, VISITE:

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

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

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

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



Children's Mercy es un empleador de igualdad de oportunidades/acción afirmativa y una agencia de United Way.

Copyright © 2021 The Children's Mercy Hospital.  
Todos los derechos reservados.