

Prevención del consumo de drogas en el ámbito familiar y escolar*

- El abuso de sustancias psicoactivas, constituye un problema de salud pública en México. Estudios epidemiológicos demuestran que el consumo de drogas ha tenido modificaciones, y en los últimos años se ha incrementado entre la población juvenil. SSA (2012)
- Con respecto a las drogas de inicio las tres principales son: alcohol, tabaco y marihuana, consumiéndose en promedio por primera vez a los 14 años de edad. SISVEA (2012)
- Ante este panorama, la familia y la escuela tiene un papel fundamental en la prevención del consumo de drogas debido a su carácter educativo constituyen un factor de protección para promover estilos de vida saludable, para lo cual es preciso crear redes de apoyo en los distintos ámbitos a fin de cuidar y prevenir conjuntamente problemas futuros.

Claves preventivas del consumo de alcohol de los padres familia:

1. Consumo responsable en todo momento: moderado y respetuoso delante de los hijos.
2. Evitar normalizar consumos y respetar la ley (que los menores no compren alcohol)
3. Reducir riesgos cuando se consume (comer cuando se bebe).
4. Reconocer que el consumo puede dañarte.
5. Evitar argumentos de tipo: *“me hace falta”, “de algo me tengo que morir”, “no soy persona si no me lo tomo”*.
6. Evitar por completo consumos de alcohol en situaciones de riesgo (jamás manejar bajo los efectos del alcohol).
7. No ofrecer alcohol a menores aunque se esté en una celebración.
8. Mantener el botiquín poco accesible, bien cerrado y al día.
9. Evitar la automedicación, transmitiendo prudencia en el consumo de medicinas y respeto al criterio médico. (FAD)

Se habla de consumo responsable cuando se trata de un **adulto mayor de edad**, en donde el consumo no sea mayor a una copa o trago estándar (en el rango de una hora, que es el tiempo que tarda en metabolizar el alcohol en el organismo), siempre y cuando no se trate de una persona en **proceso de recuperación de la enfermedad de la adicción**

Ofrecer alcohol a menores de edad, es un delito que además afecta severamente la actividad neuronal, lo cual merma la memoria, el pensamiento y el aprendizaje. Prevenir el consumo de alcohol en los niños y jóvenes es responsabilidad de los padres de familia.

El Centro de Estudios Superiores Monte Fénix (CESMF), cuenta con una amplia gama de programas de prevención dirigidos a la población de niños en edad preescolar, primaria y jóvenes de secundaria y bachillerato, así como para empresas e instituciones públicas y privadas. A la par se forma conjuntamente a la población de padres de familia y personal docente, para dotarles de estrategias que les permitan encaminar a los niños y jóvenes hacia una vida más plena y sana. Asimismo ofrece una amplia gama de servicios de educación continua, formación y capacitación para profesionales del campo de la salud y de otras disciplinas, así como para el público en general interesados en el tema de prevención y tratamiento de la enfermedad de la adicción.

“Educar para prevenir”

*Mtra. Perla Vázquez Pérez
Directora del CESMF

www.cesmf.edu.mx
Tel. 53775928/40/47/48