

# HACER QUE LA CHARLA CUENTE PARA TODAS LAS EDADES



**Un tamaño no se ajusta a todos. Esto es especialmente cierto cuando se habla de alcohol, drogas y juegos de azar. Lo que se le dice a un niño de 9 años es diferente de lo que se le dice a un niño de 15 años.**

Un mensaje claro de “no uso” es la manera más efectiva para que los padres mantengan a sus hijos seguros. **RECUERDE:** Los niños no pueden aprender todo lo que necesitan saber en una sola discusión: múltiples pláticas son más efectivas que una “gran charla.”

## Preescolar



En edad preescolar, la mayoría de los niños han visto adultos bebiendo alcohol, ya sea en la vida real, en la televisión o en línea. Las actitudes que se forman a esta edad tienen un impacto en las decisiones que toman cuando son mayores. **A esta edad, están ansiosos por conocer y memorizar reglas y forman su opinión sobre lo que es "bueno" y lo que es "malo", basado en lo que ven que los adultos hacen a su alrededor.**

## Edades de 5 a 9 años



**A esta edad, los niños tienen un interés creciente en el mundo fuera de la familia y el hogar. Ahora es el mejor momento para explicar qué es el alcohol, el uso indebido de drogas, las apuestas y sus consecuencias.** Si usted y su hijo ven a alguien que está borracho en la televisión o en la calle, hable al respecto. Explíquelo que emborracharse es peligroso. Lo mismo ocurre con el consumo de drogas o el juego.

## Edades de 10 a 12 años



**Los niños afirman su independencia y cuestionan la autoridad, pero necesitan su opinión y consejos más que nunca.**

Los preadolescentes entienden la razón de las reglas y aprecian tener límites en su lugar. Asegure de que conozcan las reglas y consecuencias si rompen dichas normas.

Hable sobre situaciones de la vida real y haga una lluvia de ideas sobre soluciones que puedan tomar. Por ejemplo:

"Mi mamá (o papá) me mataría si bebiera alcohol o usara drogas". Ofrezca una salida si están en una encrucijada, permitiéndoles contactarse con usted con una llamada o un mensaje de texto.

Base los mensajes relacionados con el alcohol, las drogas y los juegos de azar en hechos, no en el miedo. A los preadolescentes les encanta aprender hechos sobre todo tipo de cosas. Aproveche su pasión por aprender, para reforzar su mensaje sobre estos vicios.

**RECUERDE que es una etapa difícil para sus hijos. Es un momento de cambio en el que no son tan seguros y se sienten dudosos y vulnerables a la presión de los compañeros. Durante estos años, ofrezca a los preadolescentes soporte positivo y elogie sus esfuerzos y éxitos.**



## De 13 a 18 años

Lo más probable es que su hijo adolescente conozca a otros chicos que consumen alcohol, drogas o juegan a apostar. La mayoría de los adolescentes todavía están dispuestos a expresar sus pensamientos o preocupaciones con los padres. Utilice estas conversaciones no sólo para entender los pensamientos y sentimientos de su adolescente, sino también para hablar sobre los peligros del alcohol y las drogas; ya que estos pueden estar relacionados con la violencia, el sexo y conducir ebrio. Hable sobre los problemas legales y la posibilidad de que ellos o alguien más pueda ser asesinado o gravemente herido.

La abstinencia es importante y el consumo de alcohol, uso drogas o las apuestas en menores de edad, no deben considerarse un "rito de aceptación" ni algo "que van a hacer de todos modos."

**Los adolescentes tienden a ser idealistas y quieren ayudar a hacer del mundo un lugar mejor. Explique a los adolescentes que el consumo de alcohol, de drogas o juegos de azar en menores de edad no es un crimen sin víctimas y sobre los efectos en nuestra sociedad. Dejar claro que el consumo de alcohol, abuso de drogas y apostar, no están permitidos en ninguna circunstancia y hágale saber a sus hijos que usted confía en ellos que no cometerán estas acciones.**

Ayude a su hijo a desarrollar la autosuficiencia, preguntándole cómo planea lidiar con situaciones como que se le ofrezca alcohol, drogas o que se le invite a apostar. ¿Qué dirían si fueran invitados a viajar en un coche con un conductor que ha estado bebiendo o consumiendo drogas?

Espera a que su hijo adolescente regrese de estar con amigos para que puedan hablar sobre lo que pasó. Haga el esfuerzo por transmitir amor y preocupación, no desconfianza.

La primera vez que tenga evidencia de que su hijo adolescente ha estado bebiendo, usando drogas o jugando: hable de ello, no lo minimice y no lo ignore.



## Mayores de 18 años

El niño ya no es un niño, pero usted todavía se preocupa y su influencia puede marcar la diferencia. Los estudiantes universitarios se encontrarán con alcohol dentro y fuera de la universidad. Infórmese sobre el registro de incidentes relacionados con el consumo de alcohol y abuso de drogas antes de que su joven adulto se inscriba. Hable acerca de sus hallazgos con su hijo.

**Recuérdale a su joven adulto acerca de los peligros del consumo excesivo de alcohol, la intoxicación por alcohol y las consecuencias del uso de drogas o el juego. Estas conversaciones pueden ayudar a los jóvenes a tomar buenas decisiones.**

Como siempre, manténgase conectado con su hijo para conocer la mejor manera de ayudarlo.