

¿Qué deben saber acerca de las drogas o el alcohol?

Queremos ofrecer información acerca de las drogas y otras sustancias no saludables como el alcohol, sus efectos y las consecuencias de su consumo.

Ante cualquier duda o si desean información más concreta no duden en consultar a un profesional de salud o dirigirse a centros específicos destinados para ello.

Droga es toda sustancia que dentro del organismo produce un efecto. Hay drogas legales e ilegales.

Todas las drogas tienen efectos sobre nuestro cuerpo, en el caso de los medicamentos sus efectos beneficiosos justifican su empleo a pesar de los posibles efectos adversos que pudieran tener y en el caso de las drogas ilegales los efectos que producen en el organismo son perjudiciales, producen adicción (dependencia), pueden desencadenar problemas mortales y con frecuencia problemas en las relaciones sociales (con los amigos, la familia) y problemas judiciales.



El consumo de alcohol en adolescentes es un problema de gran importancia y en determinadas circunstancias puede desencadenar "Alcoholismo Crónico" con todos los problemas derivados del mismo.

El hábito de algunos jóvenes consistente en beber de forma incontrolada es un factor a tener en cuenta (ya que un consumo abusivo aunque sea esporádico también predispone a la dependencia del alcohol)

Edad	Recomendaciones para la prevención del consumo de sustancias desde la edad preescolar hasta la adolescencia
<p>Menores de edad preescolar</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Expliquen a su hijo o hijas que necesitan alimentos sanos para estar sanos. - Explíquense que hay sustancias que no se pueden tomar porque son tóxicas y dañinas, como detergente de la ropa, lejía... - Explíquense que incluso las medicinas que toman para ponerse buenos pueden ser dañinas si no se utilizan como se debe. - Explíquense la diferencia entre tomar golosinas u otros alimentos con control (que sientan bien) y tomarlos sin control, ya que el abuso puede producir una indigestión y hacerles enfermar. - Alentar al menor a seguir sus instrucciones y hacer preguntas si no las comprende.
<p>Menores de 5 a 8 años.</p> <p>Es el momento de explicarle lo que son el alcohol y las drogas y que hay algunas personas que las usan a pesar de que son dañinas.</p>	<p>Cuando los menores tienen estas edades deben hacerles comprender:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que hay alimentos, venenosos, medicinas y drogas. - Qué las medicinas recetadas por un médico pueden ayudar durante las enfermedades, pero pueden ser dañinas si se usan incorrectamente. - Que los adultos pueden beber alcohol, pero no los +menores, ni siquiera en pequeñas cantidades, ya que es perjudicial para su cerebro y su cuerpo que están en desarrollo.
<p>Menores de 9 a 11 años</p> <p>Pregunten a sus hijos o hijas por su opinión y sus conocimientos sobre estos temas</p>	<p>Deben informar a sus hijos o hijas de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los efectos inmediatos del alcohol y las drogas en diferentes partes del cuerpo, incluso informar del peligro de entrar en coma o ingerir una sobredosis mortal. - Las consecuencias a largo plazo de las drogas y el alcohol ya que originan adicción y pueden hacer que quienes las consumen pierdan el control de sus vidas. - Las drogas son especialmente peligrosas para los organismos en crecimiento. Frenan el crecimiento y el desarrollo de los órganos - El alcohol y las otras drogas ilegales pueden causar problemas no sólo a quien las consume, sino también a su familia y al resto del mundo (robos, amenazas, chantajes, engaños etc.)
<p>Menores de 12 a 14 años</p> <p>Pregunten a sus hijos o hijas por su opinión y sus conocimientos sobre estos temas</p>	<p>Introducir el tema de los efectos a largo plazo de las drogas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Las drogas aíslan a las personas y dificultan las relaciones - El peligro de sufrir enfermedades de piel, hígado, Sida, enfermedades mentales - Accidentes de tráfico fatales o causantes de minusvalías. Las drogas afectan a nuestros sentidos, e impide que actuemos con normalidad. - Adicción, coma cerebral y muerte.