

"¿HA EMPEZADO MI HIJO/A A BEBER ALCOHOL?"



Posiblemente esta pregunta no te la habrás hecho aún. También es posible que no te hayas preguntado si fuma, por ejemplo...

Sin embargo, estas inquietudes aparecerán en poco tiempo: nuestro/a hijo/a pasará a Educación Secundaria Obligatoria, y allí comenzará una nueva etapa de su vida: amistades, contactos, y, sobre todo, un nuevo mundo de experiencias: todo lo que rodea a la preadolescencia. Y dentro de las nuevas experiencias, posiblemente estén el alcohol y el tabaco.

Aunque ahora tu hijo/a solo tome refrescos o zumos, debemos tener en cuenta que el alcohol está muy presente en nuestras vidas, y lo está asociando a situaciones felices, de armonía, dentro de la casa o con las personas a las que quiere. Nuestros hijos están creciendo con el alcohol a su alrededor, en su casa, en la calle, en la publicidad y podrían entender que, por todo ello, es parte de su vida o que lo necesitan para ser felices o divertirse más y mejor.

Por ello, como padres y madres, debemos promover en nuestros/as hijos e hijas actitudes y que les ayuden a reflexionar y tener las ideas claras cuando les llegue el momento de decidir alcohol-sí o alcohol-no; o tabaco-sí, tabaco-no; y ello se hace empezando por nosotros/as mismos/as; estando atentos a los mensajes que les damos, e informándonos de cómo actuar mejor. Y ésta sí es nuestra responsabilidad.

NUESTRO PAPEL COMO PADRES Y MADRES...

Como es sabido, el consumo abusivo de alcohol por parte de ciertos sectores de jóvenes es un asunto que, desde hace algún tiempo, viene preocupando a nuestra sociedad.

Cada año, la Delegación de Asuntos Sociales e Igualdad, a través del programa "Ciudades ante las Drogas", lleva a cabo campañas informativas y de sensibilización dirigidas al alumnado de Enseñanzas Secundarias. Pero los datos nos indican que muchos de nuestros hijos e hijas (la mitad, según un cuestionario basado a finales de 2019) suelen tener sus primeras experiencias de consumo recién finalizada Educación Primaria. De ahí la importancia de abordar, por nuestra parte, este fenómeno e intentar que en el futuro no se convierta en una situación problemática para ellos. A través de información rigurosa sobre efectos, riesgos y datos reales, pretendemos fomentar una actitud reflexiva para evitar que el alcohol sea considerado como normal e imprescindible para divertirse o como una sustancia carente de consecuencias a largo plazo.

Pero también es fundamental vuestro papel. Quizás hayas notado cómo en ocasiones actúa o habla igual que nosotros. Aunque no nos percatemos, somos modelos para nuestros hijos e hijas. Por eso, debemos utilizar esta influencia para ayudar a nuestros/as hijos/as a vivir en un mundo con tabaco, alcohol y drogas sin que sea perjudicial para su vida. Es, por tanto, una responsabilidad compartida también por parte de padres y madres.



Centros Educativos
de Marchena

ORIENTACIONES:

SOMOS MODELOS

MODELOS POR NUESTROS HÁBITOS...

Numerosos estudios demuestran que buena parte de los adultos se parecen a sus propios padres en la forma de beber alcohol. No es sólo la cantidad de alcohol que se bebe lo que transmitimos al niño; ellos también perciben (y podrían dar por "buenos") otros aspectos:

- Las razones por las que se bebe (para celebrar algo, para relajarse, por estar triste, etc.).
- Cuándo bebemos (después del trabajo, mientras se ve la televisión, durante las comidas, etc.).
- Si después de beber, conducimos o llevamos a cabo actividades que pudieran ser peligrosas o arriesgadas.
- Los efectos que el alcohol provoca en nuestra conducta (desinhibición, felicidad, etc.)

Nuestros/as hijos/as forman, así, su propia idea sobre el alcohol. Mostrarle que los adultos pueden abstenerse de beber o utilizarlo de forma ocasional y controlada es, sin duda, un ejemplo muy positivo.

Los padres que no beben, pueden cometer el error de no hablar sobre el uso del alcohol con sus hijos. Hay que tener en cuenta que no somos los únicos modelos y que hay que hablar con ellos/as de este tema razonando nuestra propia decisión.

ORIENTACIONES:

SOMOS MODELOS

Y MODELOS POR NUESTRAS ACTITUDES...

Los padres también somos modelos a través de nuestra forma de reaccionar ante situaciones que impliquen el abuso de alcohol por parte de otras personas. Si pensamos que los que no beben son unos aburridos; o no le damos importancia al alcoholismo como problema; o valoramos y nos hace mucha gracia las borracheras de los demás, estaremos enviando mensajes de no dar importancia al tema y haciendo más difícil que los menores sí se la den.

Algunas recomendaciones que podrían ayudar son las siguientes:

- No hacer que el alcohol sea, en exclusividad, el centro de nuestra reuniones.
- Tener en casa bebidas no alcohólicas para quien las prefiera.
- No presionar a los demás para beber alcohol.
- No conducir si se ha bebido alcohol. Procurar que vuestras amistades tampoco lo hagan.
- No dedicar el tiempo libre a consumir alcohol.
- No enviar a vuestros hijos a comprar alcohol (ni tabaco).
- Informaros sobre el tema, y hablarlo en casa. Podemos recabar más información en:

➤ 900 845040 (Tél. información sobre Drogas, Junta de Andalucía)

➤ www.fad.es/sustancias (página web de la Fundación de Ayuda a la Drogadicción).

➤ www.prevencion.marchena.es

➤ Deleg. de Asuntos Sociales e Igualdad, Excmo. Ayuntamiento de Marchena: Centro de Atención y Prevención de las Adicciones y Servicio de Prevención Prog. "Ciudades ante las Drogas". Telf 955321010 (ext. 159) -Edificio. San Jerónimo-