

El uso y el abuso de sustancias por parte de los jóvenes es perjudicial para su salud física, mental, conductual y social. Cuando se consume alcohol u otras drogas durante la adolescencia, existe un mayor riesgo de interrupción del desarrollo normal del cerebro, así como una mayor probabilidad de efectos negativos sobre la salud, diagnóstico de un trastorno por uso o abuso de sustancias, y adicción. Es importante que usted converse con su hijo adolescente sobre los riesgos potenciales del uso de sustancias en los menores de edad, pero para ello es fundamental que usted posea la información correcta. Las investigaciones han demostrado que existen diferencias entre los niños y las niñas con respecto a los riesgos, la elección de sustancias, las razones para usar sustancias y el impacto de las mismas sobre su salud. La información y los recursos que se ofrecen en esta hoja de consejos pueden ayudar a los padres, tutores y cuidadores a tener conversaciones significativas y adecuadas que traten el tema de las necesidades y los riesgos específicos asociados con el uso y abuso de sustancias por parte de los niños.



Por qué es importante tener conversaciones de PREVENCIÓN con su hijo adolescente AHORA MISMO

La mayor parte de lo que sabemos sobre el uso de sustancias, con respecto a las diferencias de género y sexo, es el resultado de una investigación sobre el uso en personas adultas. Las diferencias de género se basan en los roles definidos culturalmente; las diferencias sexuales son biológicas. Esta información es extremadamente útil en los esfuerzos de prevención primaria, ya que proporciona información que podemos utilizar durante las conversaciones con los niños sobre los riesgos a largo plazo, basados en las diferencias de género y sexo, y el posible impacto negativo en su salud personal. En comparación con las niñas, los niños:

Alcohol

- Tienen tasas más altas de consumo de alcohol, incluido el consumo excesivo de alcohol (como adultos)
- Es más probable que beban en exceso y que beban grandes cantidades
- Tienen tasas más altas de hospitalización y muertes relacionadas con el alcohol
- Son más propensos a suicidarse y a haber estado bebiendo antes de suicidarse

Nicotina y tabaco

- Es más probable que abusen del tabaco

Marihuana

- Son más propensos a consumir marihuana
- Son más propensos a experimentar los efectos inducidos por la marihuana
- Los trastornos por consumo de cannabis son más graves
- Son más propensos a tener un trastorno de personalidad antisocial coexistente
- Son más propensos a reportar relaciones familiares deficientes o problemas en la escuela

Opioides

- Son más propensos al uso inadecuado o el abuso de medicamentos recetados para el dolor

Además, los adolescentes varones...

- Comienzan a una edad más temprana
- Abuso más a menudo y en cantidades mayores
- Participan en el uso de múltiples drogas
- Son más propensos a consumir drogas ilícitas en la escuela secundaria y en la universidad

Consejos para conversar: cómo iniciar una conversación

- ✓ Comience temprano: cuanto antes comience a hablar con sus hijos acerca de tomar decisiones saludables, más fácil será abordar los temas más difíciles a medida que crecen.
- ✓ Aproveche las oportunidades diarias para hablar sobre el uso de sustancias: en el automóvil, mientras preparan la cena o cuando sus hijos llegan a casa de la escuela.
- ✓ Mencione un artículo que vio en las noticias o leyó en el periódico. Haga preguntas y escuche la perspectiva de sus hijos.
- ✓ Identifique las oportunidades que ve en la televisión o en las redes sociales. Pregúntele cómo se sienten acerca de cómo se representan las sustancias.
- ✓ Sea claro acerca de sus expectativas, reglas de prohibición del consumo y consecuencias del uso de sustancias. Escuche lo que sus hijos adolescentes tienen que decir. Déjelos que hagan preguntas.
- ✓ Mantenga activas las conversaciones: hablar sobre el alcohol y el consumo de alcohol entre los menores de edad no es algo que se hace una sola vez. Los niños que escuchan con frecuencia mensajes consecuentes acerca de no beber tienen menor riesgo de probar el alcohol.

La disparidad de género

Las actitudes específicas de cada género sobre el consumo de alcohol se refuerzan abrumadoramente en el caso de los varones. Los varones jóvenes reciben mensajes de los medios de comunicación (las redes sociales, las letras de las canciones, la televisión, el cine) que relacionan el consumo de alcohol con la masculinidad. Estas actitudes a menudo se ven reforzadas por los hombres adultos mayores en la familia, algunos grupos de compañeros y las normas comunitarias.

Analizando de cerca el alcohol

Si bien el alcohol sigue siendo la sustancia más abusada tanto por los niños como las niñas adolescentes, los siguientes riesgos son específicos de los hombres y deben discutirse con los niños varones adolescentes:

- Los varones son 2 veces más propensos a beber en exceso.
- Entre los 12 y 17 años de edad, la prevalencia de trastornos por consumo de alcohol (AUD, por sus siglas en inglés) es similar en los hombres y en las mujeres. A los 18 años, los hombres presentaron tasas significativamente más altas.
- A medida que los varones se acercan a la edad adulta, corren cada vez más riesgo de problemas de consumo de alcohol y AUD.



La perspectiva del desarrollo y los varones

Las tasas de consumo de sustancias en los niños y niñas adolescentes tienden a ser bastante similares hasta que alcanzan la edad adulta. Alrededor de los 18 años, los patrones masculinos en cuanto al uso de sustancias comienzan a distanciarse de los patrones femeninos. Ciertos factores fisiológicos y sociales parecen jugar un papel importante en el aumento del uso de sustancias de riesgo en los varones.

- Una respuesta generalmente más baja al alcohol, y maduración cerebral y desarrollo del funcionamiento ejecutivo más lentos en comparación con las niñas, contribuyen a un mayor riesgo de consumo a niveles peligrosos
- Una relación directa más fuerte entre el consumo de alcohol por parte de los padres y las intenciones de beber (en los niños que en las niñas) sugiere que los niños varones pueden verse más directamente influenciados cuando sus padres beben alcohol
- Las dobles morales culturales que rodean la supervisión y el castigo de los padres por conductas erradas, tal como permitir que los adolescentes varones interactúen con sus compañeros que consumen alcohol, pueden ser un factor de riesgo para el consumo de alcohol
- Los adolescentes varones tienen más probabilidades de percibir el control de los padres como una forma de inhibir la independencia, posiblemente contribuyendo al consumo de alcohol como una forma de reafirmar su autonomía
- Los varones tienen más probabilidades de sobreestimar el consumo de alcohol entre los compañeros, lo cual tiende a aumentar las tasas de consumo propio
- La socialización del rol de cada género y la vinculación de la masculinidad con la embriaguez son actitudes específicas del género, las cuales se ven reforzadas constantemente en el caso de los niños varones, aumentando el riesgo de un consumo inseguro

RECURSOS

Centros para el Control y Prevención de Enfermedades

<http://www.cdc.gov/alcohol/fact-sheets/mens-health.htm>

DrugFree.org

<http://www.drugfree.org/news-service/casa-finds-differences-in-why-girls-vs-boys-use-cigarettes-alcohol-and-other-drugs/>

Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos: Instituto Nacional de la Salud

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2756494/>

Partes de este folleto de asesoría y consejos fueron adaptadas de algunos de estos recursos

"Parenting for Prevention" (Paternidad para la prevención) es una serie educativa de la Coalición "Decisions at Every Turn" (Decisiones en todo momento) para los padres y otros adultos interesados en desarrollar la conciencia y el conocimiento acerca de temas importantes para los jóvenes, y en fomentar el diálogo sobre la toma de decisiones saludables. Visite <http://www.AshlandDecisions.org/parent-tip-sheets.html> para tener acceso a nuestra amplia colección de folletos de asesoría y consejos.

Decisions at Every Turn Coalition • 65 East Union Street, Ashland MA 01721
www.AshlandDecisions.org • CoalitionInfo@AshlandDecisions.org • 508.881.0177 Ext. 8284