

SMART SUMMER

*Saber Imponer Límites.
Seguir de Cerca las Actividades.
Mantenerse en Contacto con los Niños*

**¿Has hablado con tus hijos acerca de las drogas?
¿Estás seguro de la respuesta?**

Have you talked to your kids about drugs? Are you sure?

¡La Importancia de Mantenerse en Contacto con Ellos!

Listos o no, se acaba el verano y los niños empiezan a prepararse el retorno a la escuela. Como parte de la preparación de sus niños para el retorno a la escuela, planea hablar con ellos sobre las drogas y el alcohol. Y no se preocupe: Hablar con ellos sobre ese tópico no va a hacerles daño o introducirles a ideas que les pongan en riesgo. Lo mismo se pasa cuando usted les enseña a mirar el tráfico en ambas direcciones antes de cruzar la calle para evitar accidentes. Enseñarles sobre eso aumenta su seguridad personal y disminuye el riesgo. Más conocimiento sobre el tópico les servirá para advertirles sobre los riesgos que pueden estar en su entorno y les dará la oportunidad de poder prepararse para hacer frente a ellos cuando y si ellos se presentan en sus vidas. Investigaciones sobre los factores de riesgos para el abuso de drogas demuestran que la probabilidad de uso de drogas es hasta 50% menor para los jóvenes que aprenden sobre los riesgos que conlleva las drogas.

Dos de cada tres niños del 4º grado que fueron encuestados afirmaron que les hubiera gustado que sus padres les hablasen más con ellos sobre los riesgos del uso de drogas

Ayuda a los padres

- **Libro:** *Como Hablar Con Tus Hijos de Las Drogas y el Alcohol.*
Autores: Wilson, Wilkie; Kuhn, Cynthia; Swartzwelder, Scott.
(Tr. Fontán Fontán, Fernando). Ediciones Paidós Ibérica, S.A.

Internet

- <http://www.talkwithkids.org/spanish-drogas.html>
- http://kidshealth.org/parent/en_espanol/padres/talk_about_drugs_esp.html
- <http://www.nida.nih.gov/Prevention/Spanish/index.html>

<http://kzootaskforce.com/>

Sugerencia a los padres

¡Ensaye algunas frases con los niños!

Esa es una manera muy práctica de mejor preparar a los niños para resistir a las presiones de grupo que van a recibir de sus compañeros para usar drogas o hacer algo que no deben.

Frases como:

“Mis padres se enojarían muchísimo conmigo se tuvieran conocimiento de eso. ¡E ellos siempre acaban descubriendo lo que hago!”

“Mis padres confían en que yo no haga eso. No voy a violar su confianza en mi”

“Si hiciera eso me sentiría muy mal y no, no quiero sentirme así”

“¡No, no me gusta hacer eso!”